Caryl Waller Krueger

1001 ATIVIDADES

PARA FAZER COM SUAS CRIANÇAS

Tradução: Wally Constantino

Maltese-norma

PARA Chris, Carrie e Cameron, que usufruíram muitas destas idéias, e para Cliff, que ainda se diverte com os nossos atuais garotos crescidos.

Sumário

A autora conversa com você.

Este livro destina-se às necessidades de uma família atarefada, possivelmente aquela onde ambos os genitores trabalham fora. Ele inclui desde idéias para pré-escolares até adolescentes, com alguns capítulos para crianças que apreciam charadas ou jogos ao ar livre e outros capítulos para aquelas que desejam ganhar um dinheiro extra ou oferecer grandes festas. Mantendo estas

atividades junto a seu esquema atribulado, você estará apto a aproveitá-las "num instante" — um termo que significa fazer algo sem despender um tempo adicional.

Antes de começar, deixe-me participar a você como tirar o melhor proveito deste livro. Primeiro, examine-o atentamente, considerando as muitas categorias de vida familiar descritas. Em seguida, leia as partes que apresentam maior interesse para você e seus filhos. Talvez queira compartilhar a cada dia algumas atividades durante o jantar.

Confira as idéias que experimentou e anote aquelas que deseja repetir. Porém, o mais importante: não se sinta obrigado a pôr em prática as 1001! Este livro não é um teste. Sua finalidade consiste em ajudar no prazer do convívio familiar!

Note que em algumas partes há sugestões para crianças menores, maiores e de todas as idades. Uma vez que as crianças amadurecem em diferentes ritmos, a divisão entre "menores" e "maiores" ocorre quando um garoto ou garota já aprendeu a ler corretamente e tem permissão para sair pela vizinhança, sozinho. Usando este livro, deixe seu filho aproveitar a liberdade de novas idéias, adotando as precauções normais de segurança.

Em função das palestras regulares que administro a respeito do desenvolvimento infantil, e tendo escrito artigos e livros sobre muitas áreas da vida familiar, desejei redigir esta obra para preencher uma necessidade especial. Assim, este livro *não* se refere a treinamento de toalete e higiene, a recolher brinquedos, a lidar com divórcio ou a problemas maiores de disciplina. Em vez disso, ele trata de situações inteligentes que você pode desfrutar com seus filhos no decorrer dos acontecimentos familiares comuns. Estas atividades tornarão os eventos cotidianos mais agradáveis e educativos.

A palavra-chave no título deste livro é *com.* Trata-se de atividades para você fazer *com* seus filhos, e não *para* ou *por* eles, ou algo que deixe a criança ficar distante. A vida em família transforma-se numa aventura quando pais e filhos trabalham, aprendem e se divertem juntos. Isto é o que constrói memórias. Os brinquedos caros, as viagens ao exterior e as roupas da moda podem ter sua importância, mas as lembranças mais marcantes para os garotos são às vezes em que andaram na chuva, viveram à luz de velas durante um período de interrupção de eletricidade, ou quando se tornaram seus confidentes, pedindo sua opinião em algum assunto importante.

Portanto, não deixe esta fase preciosa escapar. Comece hoje um novo estilo de vida *com* as suas crianças.

Caryl Waller Krueger

Agradecimentos

Ninguém escreve 1001 idéias sozinho. Meus pais, marido e filhos tornaram esta obra possível pelo desejo de viver aventurosamente. Quando comecei a colocar as idéias no computador e a concebê-las em forma de livro, todos foram de inestimável ajuda.

Meus agradecimentos especiais às integrantes das "Mães Maravilhosas", as quais contribuíram com suas próprias experiências como mães e avós. O grupo incluiu mães que trabalham fora de casa, mães em famílias de duas raças, mães do lar, mães solteiras, madrastas, professoras, bibliotecárias, mães e avós de gêmeos, e alguns pais maravilhosos, também!

Mães e pais que colaboraram incluem: Marie Addario, Linda Bowman, Mary Ann Brady, Sally Buttner, Barbara e Larry Hauser, Connie King, Danielle e Lance McCune, Jan e Mike McCurties, Marsha e Chris Moersch, Elieth Robertshaw, Debbie e Jim Waller, JoAnn Worthington e Margaret Worthington.

Agradecimentos especiais a: Nancy Sager, que ajudou com idéias sobre habilidades e nutrição; minhas amigas bibliotecárias Merna Bennett, Jean Mosteller e Jean Stewart, que ajudaram a compilar as listas de livros; a Cameron Krueger, que me introduziu na escrita em computador e projetou muitos dos sistemas e macros que tornaram a redação e edição um prazer; a minha secretária, Sheila Kinder, por corrigir minha ortografia e pontuação, enquanto também contribuía com idéias.

UM
DIVERSÃO EM CASA

O lar constitui o centro da vida em família; assim, sua casa pode se tornar um local feliz para crianças e adolescentes. Experimente estas idéias para atividades domésticas — diversão simples, econômica e estimulante, destinada aos dias de semana, dias chuvosos, dias atarefados e fins de semana.

PARTE 1: JOGOS E ADIVINHAÇÕES

PARA CRIANÇAS MENORES

1. TAPETE MÁGICO

Tudo o que você precisa é de um tapete pequeno e macio, uma criança e dois pais com imaginação para compartilhar. A criança senta-se ou estica-se sobre o tapete e segura as bordas. Para onde deseja ir? Ao oceano? (Segure as pontas da manta e levante-a do chão, enquanto a conduz para o banheiro.) Existem baleias por aqui? Peixes? Areia? Toquem a água; está fria? Aonde mais? O armazém? (Carregue-a para a cozinha.) O que nós vamos comprar? Leite? Bolachas? Desculpe, o dinheiro acabou! Vamos para algum outro lugar. À biblioteca! (Transporte o tapete mágico para uma estante de livros.) Realize outras viagens ao teatro (diante da TV), à loja de consertos (a garagem ou oficina), à loja de roupas (o armário da criança), ou à Terra do Sono (sua cama). Deixe que a imaginação guie você.

2. O GUARDA FLORESTAL SOLITÁRIO

Com um barbante ou uma corda, pendure uma argola dura (qualquer aro com cerca de 7 centímetros servirá) em uma luminária presa ao teto ou num prego na entrada da porta. Dependendo da idade das crianças, deixe o barbante mais longo ou mais curto. Em seguida, faça as balas prateadas: utilizando uma folha de papel alumínio, confeccione-as com cerca de 3 centímetros de comprimento. Depois, deixe os jogadores fazerem máscaras simples de Guarda Florestal. Coloque as crianças próximas ao arco a fim de que pratiquem o arremesso

das balas através dele. Então, comece o jogo: divida as balas entre os participantes e marque um ponto para cada tiro dentro da argola. Após cada jogada, desloque-as um passo para trás. O vencedor é aquele que alcançar primeiro vinte e cinco pontos.

3. BALÕES

Conserve um pequeno estoque guardado para quando precisar de entretenimento. A coordenação de olhos-mãos é treinada quando se procura manter o balão no ar das seguintes maneiras: usando apenas um pé ou mão para tocar no balão, as duas mãos, a cabeça, alternando entre duas crianças, batendo no balão com uma colher, uma folha de jornal ou um mata-moscas.

4. JOGOS DE CARTAS

Com um baralho, distribua cinco cartas para cada jogador. Cada um coloca suas cartas diante de si, viradas para cima. Deposite as cartas restantes no centro da mesa, voltadas para baixo: isto constitui o monte. Os jogadores revezam-se retirando uma carta do monte. Se o participante pode combinar o valor da carta com uma das suas, (por exemplo, um quatro de espadas com um quatro de ouros, ou um valete de copas com um valete de paus), ele vira seu par para baixo. Ele continua puxando uma carta do monte até que possa formar um par. Quando ele não emparelha, o próximo jogador vira uma carta do monte, e assim por diante. Assim que o monte central acabar, vire o monte de descarte para baixo e recomece. Vence o primeiro que tiver todas as suas cartas voltadas para baixo (ou o jogador com o maior número delas viradas). À medida que as crianças começarem a entender este jogo simples, torne-o mais difícil combinando o número e a cor (vermelha ou preta).

5. QUEBRA-CABEÇA PACIENTE

Comece um quebra-cabeça para crianças menores em uma mesa baixa, num balcão de cozinha, ou algum local em seu quarto onde ela possa se concentrar. Não deixe que monte tudo de uma única vez. Diga-lhe para juntar uma peça cada vez que passar por ele. Você também pode acrescentar uma peça de vez em quando. Algumas famílias colocam um quebra-cabeça sobre um simples pedaço de madeira na pia do banheiro e deixam cada pessoa da casa adicionar uma peça por vez. Quem diz que o banheiro não pode ser divertido!

PARA CRIANCAS MAIORES

6. QUADROS NO ESPELHO

Forneça a cada jogador papel e lápis. Inicie rodadas sentando cada participante na frente de um espelho amplo e fazendo com que desenhe um objeto enquanto olha apenas para o espelho. Comece com gravuras simples, como um porco ou uma casa, e

depois elabore desenhos mais difíceis, como um ciclista ou as letras do alfabeto. Tente você mesmo: não é tão fácil como parece!

7. XADREZ AMBULANTE

Coloque um tabuleiro de xadrez sobre uma mesa na entrada da casa ou na sala de estar. Dois membros da família dão início ao jogo, movendo uma de suas peças quando assim desejarem, toda vez que passarem pelo local. Forneça uma ficha de pôquer ou outro marcador (uma moeda de cinqüenta centavos é perfeita) para que o participante coloque sobre a peça que acabou de mexer. Eventualmente, ambos podem estar na mesma hora na mesa, mas você também pode disputar o jogo inteiro sem se encontrar com seu adversário ou estipular um tempo determinado para jogar. O vencedor desafia outra pessoa da família.

8. RÉBUS

Este jogo de palavras (desfrutado por Benjamin Franklin) emprega números, letras e palavras para indicar outras palavras ou parte delas. Comece com estas mais simples, e depois imagine algumas para suas crianças. Então, elabore outras mais difíceis para cada uma.

1) Desenhe as letras *O, SA,* um pato, as letras *DO* e a cara de um rei: O sapato do rei. 2) Escreva a palavra *"EU",* desenhe um olho, o número 1 e um cachorro: Eu vejo um cachorro. 3) Escreva a palavra *"MEU",* desenhe um gato, um coração, a letra *D* e um peixe: Meu gato gosta de peixe.

Você pode tornar a brincadeira mais difícil, através da disposição das palavras, como por exemplo:

Q RO

= Quero sobremesa

MESA

/L/E/N/D/O/ = Lendo as entrelinhas

P

A

L

PALAVRAS

V

R

A

f

S = Palavras cruzadas

Em conjunto com seu filho, você pode escrever uma pequena história na forma rébus e deixar que a família a decifre.

9. MÍMICA

Apresente às crianças este jogo para todas as idades. Em mímica você não precisa falar; em vez disso, represente as palavras. Comece escolhendo um tema: os personagens Disney, programas de TV, músicas, livros infantis. Inicie a encenação da mímica. Permita que as crianças mais novas consultem um dos pais ou irmãos mais velhos para troca de idéias. Mostre- lhes os sinais manuais da charada para quantas palavras (use os dedos), pequenas palavras (coloque o polegar e o dedo indicador juntos) e rimas (deixe os indicadores paralelos), e assim por diante.

10. EQUAÇÕES

Este jogo de palavras pode se realizar uma vez por dia no café da manhã, após o jantar ou como entretenimento de festa. O objetivo consiste em dizer o que as letras representam. Por exemplo: 4 = S. em um M. Resposta: Semanas em um Mês. Para crianças mais novas, talvez você precise preencher melhor as palavras que faltam. Então, no n.° 1, utilize a palavra "Dias", no lugar da letra D. Assim que a criança adquirir habilidade nesta brincadeira, você ficará surpreso com sua velocidade para resolver cada equação. (As respostas encontram-se no final desta parte.)

1. 7 = D. na S.
2. 10 = D. em duas M.
3. 52 = S. no A.
4. 60 = M. em uma H.
5. 100 = C. em um M.
6. 23 = L. do A.
7. 7 = M. do M. A.
8. 28 = P. no D.
9. 1001 = N. A.
10. 88 = T. do P.
11. 6 = L. de um C.
12. 54 = C. em um B. (incluindo 2 C.)
13. 9 = P. no S. S.
14. 4 = C. na B. B.
15. 12 = M. em um A.
16. 0 = G. C. onde a A. C.
17. 90 = G. em um A. R.
18. 1 = S. da T.

.
19 4 = L. em um G.
.
20 24 = H. em um D.
.
21 2 = R. em uma B.
.
22 11 = J. em um T. F.
.
23 1000 = P. que um Q. V.
.
24 64 = Q. em um T. de X.
.
25 29 = D. em F. num A. B.
.

11. PALÍNDROMAS
Trata-se de palavras ou frases lidas de mesma forma da direita para a esquerda ou vice-versa. "Palíndromas" é uma palavra grega que significa "voltando novamente". Procurem juntos por palavras palíndromas simples como asa, pop, ala, radar, assa, rapar, apupa, ele, erre, ama, ovo, osso, etc. Depois, descubram nomes como Oto, Ana, Ada, Eve. Se quiserem testar sua habilidade, tentem montar pequenas frases como "Oto come mocotó", ou "Roma é amor".

PARA TODAS AS IDADES

12. PARES DE ESCONDE-ESCONDE
Este jogo requer quatro ou mais participantes. Forme duplas de pais ou crianças mais velhas com as mais novas. "Esconde-esconde" no escuro não é tão assustador quando se tem um parceiro para esconder ou procurar. Se houver três ou mais pares, siga as regras da seguinte maneira: uma dupla se esconde, e a outra procura. Quando a primeira encontrar a segunda, as quatro pessoas passam a se esconder juntas da terceira dupla. Sem zombaria! A brincadeira pode se realizar durante o dia, óbvio, mas no escuro torna-se muito mais emocionante!

13. O NOVO "SIMÃO DIZ"
As crianças apreciam este jogo em português, e acham muito mais divertido em inglês — ou qualquer idioma que você escolher, As regras são sempre as mesmas: um dos participantes é Simão, que se coloca de pé diante dos outros e fica dando ordens para serem cumpridas com gestos. Os outros obedecem

suas ordens se ele começar com "Simão diz", e ignoram a ordem se ele não mencionar a frase "Simão diz". Aquele que errar senta-se e cai fora do jogo. O último que restar será o próximo Simão. Para jogar em inglês, você precisa destas palavras:

Simon says (Saimom seis): Simão diz
touch your (tâtch iór): toque seu
nose (nouz): nariz
eye (ai): olho
ear (iar): orelha
mouth (maut): boca
cheek (tchic): bochecha
hand (rénd): mão
stomach (stômac): estômago
knee (ni): joelho
elbow (élbou): cotovelo
finger (fíngar): dedo
shoe (shu): sapato
friend (frénd): amigo

Simão pode dar algumas ordens em português e outras em inglês, até que as novas palavras estejam bem assimiladas. À medida que o jogo avança, Simão pode dar as ordens cada vez mais rápido.

14. QUENTE E FRIO

Faça esta brincadeira com crianças mais novas ou com adolescentes. É também interessante para dias de presentes, quando você desejar que a criança encontre um presente grande, difícil de ser embrulhado, como por exemplo uma bicicleta ou um aparelho de som. Como um jogo em família, faça rodízios escondendo um pequeno objeto em algum local da casa. (Comece escondendo no ambiente onde estão, enquanto os outros fecham os olhos. Na próxima vez, guarde o mais longe.) Na primeira vez os pais escondem o objeto e dão alguns palpites. À medida que a criança se aproximar do alvo, dêem estes palpites: fervendo (muito perto), quente, morno, fresco, frio, gelado (muito longe). A pessoa que procura caminha e olha enquanto os outros dão as dicas. Quando o objeto for encontrado, o descobridor será o próximo a esconder e fornecer os palpites. Pode-se tornar o jogo mais difícil limitando-se o número de palpites a dez e somente dando-o quando o investigador pedir.

RESPOSTAS DAS EQUAÇÕES: 1) Dias na Semana, 2) Dedos em duas Mãos, 3) Semanas no Ano, 4) Minutos em uma Hora, 5) Centímetros em um Metro, 6) Letras do Alfabeto, 7) Maravilhas do Mundo Antigo, 8) Peças no Dominó, 9) Noites Árabes, 10) Teclas do Piano, 11) Lados de um Cubo, 12) Cartas em um Baralho (incluindo 2 Coringas, 13) Planetas no Sistema Solar, 14) Cores na Bandeira Brasileira, 15) Meses em um Ano, 16) Graus Celsius onde a Água Congela, 17) Graus em um Ângulo Reto, 18) Satélite da Terra, 19) Litros em um Galão, 20) Horas em um Dia, 21) Rodas em uma Bicicleta, 22) Jogadores em um Time de Futebol, 23) Palavras que um Quadro Vale, 24) Quadrados em um Tabuleiro de Xadrez, 25) Dias em Fevereiro num Ano Bissexto.

PARTE 2: VAMOS FAZER DE CONTA

15. O BAÚ

Monte um teatro de brinquedo, uma velha mala grande ou uma caixa de papelão forte para juntar objetos que sirvam para a encenação: máscaras, roupas, chapéus, luvas, bijuterias, retalhos de pano, restos de maquiagem, algumas peças de máquina, bolsas e sacolas. Os pais podem contribuir fornecendo roupas antigas, discos velhos que ainda prestem, ferramentas velhas e equipamentos de cozinha para serem usados num teatro imaginário. No caso de empregar uma caixa de papelão, faça uma decoração com canetas hidrográficas nas beiradas e no centro.

16. CRIANDO UMA FAMÍLIA

Planeje uma peça semanal para um grupo de bonecas, a fim de ajudar a criança a construir "papéis" para várias bonecas: mamãe, papai, crianças, primos, um vizinho, o dono da loja, o mecânico. Então, crie uma situação para começar cada dia da peça, por exemplo: "Hoje é o dia anterior ao aniversário do papai e Zezinho e Beth não têm dinheiro para comprar um presente" ou "Mamãe trabalha em um serviço do Estado, mas hoje o encanador virá para consertar a pia e a prima Melissa e o tio Carlos virão para o jantar". Estas situações dão às crianças idéias para desenvolverem uma peça criativa.

17. NA VERDADE, O QUE É ISSO?

Vá com os garotos a uma loja de artigos de segunda mão e saldos. Lá encontrarão muitas coisas interessantes como roupas para representação teatral, objetos para o canto das bonecas, ferramentas diferentes. Dê a cada criança uma pequena quantia para que compre o item mais interessante que achar. Ao chegar em casa, sugira os possíveis usos para estas novas aquisições. Guarde as mais divertidas e coloque as inúteis numa caixa para sua própria "loja".

18. GAVETA DE ROUPAS
Quando os pais saem à noite, faça as crianças fingirem que também irão. Isso torna sua saída mais fácil. Conserve uma pequena gaveta no quarto do casal com algumas roupas velhas ou em desuso: vestidos, saias, calças, chapéus, cachecóis, sapatos. Os meninos e as meninas podem se trocar na mesma hora que os pais, fazendo muitas das mesmas coisas (maquiagem, a barba, bijuteria, dando o nó na gravata, etc.). Deixe-os fingir que vão à mesma festa. O que falarão? O que farão? Quem encontrarão? O que irão comer? No dia seguinte, contem o que vocês fizeram.

19. REPRESENTANDO
Faça as crianças representarem um personagem de uma história simples que elas conhecem. Participe nela, principalmente no início. Ofereça-se para ser o gigante ou a rainha e vista-se de acordo com seu papel. Se você planeja ler o jornal, fazer uma salada ou trabalhar no jardim, deixe a peça segui-lo. Se o teatro começar à tarde, continue depois do jantar, incluindo as outras pessoas da família.

20. A ROUPA DO TEDI
Mostre aos garotos como fazer roupas novas para bichinhos de pelúcia ou bonecas. Primeiro, monte uma jaqueta simples para o ursinho Tedi. No início use cola; a costura ficará para mais tarde. Os brinquedos com roupas novas terão lugar de honra à mesa de jantar para que possam se exibir.

21. BONECAS EM AÇÃO
Fale com a criança sobre suas bonecas e bichinhos de pelúcia. Ajude-a a escolher uma para ser a artista "em cena" na peça. Por exemplo, a boneca Maria foi a escolhida; assim, todas as outras deverão obedecer à Maria. Ensine como a boneca "fala". Maria diz: "É hora de todo mundo tirar uma soneca" (todas as bonecas e crianças devem fingir que estão dormindo); Maria diz: "Agora, vamos fazer uma palhaçada (todas as bonecas e crianças ficam em poses engraçadas); e assim por diante. No outro dia, um animal de pelúcia ou outra boneca assumirá o papel. É interessante notar como bonecas com personalidades diferentes se portam em peças variadas.

22. VIVENDO A TV
Selecione um enredo da televisão e aproveite um número fantástico de personagens. Ajude seu filho a distribuir os papéis a parentes, bichos e bonecas — e até para você! Esses temas podem ser tirados de qualquer programa ou desenho que a

família conheça. Mickey Mouse, Supermulher, He-man — pode-se incluir qualquer personagem conhecido. Invente uma situação simples, tal como "O raio de arco-íris entrou na floresta e não consegue mais encontrar o caminho de casa." Então, deixe a história da TV desenvolver-se pela imaginação. Peça para o mais velho começar uma novela com um único personagem; depois, acrescente mais um para a movimentação. Coloque um outro, e veja como a trama se desenvolve. À medida que novos personagens participam, o enredo se expande na peça e ajuda a divertir.

PARTE 3: TRANSPORTE, BLOCOS E CIDADES

23. UM POEMA PARA APRENDER

A alegria do jogo criativo em casa é muito bem expressa no poema de Robert Louis Stevenson, em "Blocos de Edifícios". Ajude seu filho a decorá-lo e recitá-lo.

O que você consegue construir com seus blocos?
Castelos e palácios, templos e diques.
A chuva pode continuar, e outros seguem vagando,
Mas eu posso ser feliz em casa construindo.
Deixe o sofá virar montanha, o carpete ser o mar,
Então fundarei uma cidade para eu morar.

24. NATAL EM JULHO

Pegue seu trem elétrico em um dia cinzento e monte-o como você faria no Natal. Deixe que todos trabalhem juntos na montagem. Utilize o trem para carregar pequenos objetos colocados nos vagões ou trens de carga. Brinque após o jantar, com apenas as luzes do trem acesas. Se um amigo de seu filho também tiver um trem, permita que eles os combinem, certificando-se de que cada um reconheça o seu.

25. SALAS COM BLOCOS

Utilizando blocos de montar, mostre à criança como recriar em miniatura o ambiente onde ela está (cozinha, quarto, sala de estar). O quarto é quadrado ou retangular? A construção deverá ter a mesma forma. Em seguida, com outros blocos, modele em formato simples a mobília mais importante. Depois, pegue mais alguns blocos e, empregando canetas hidrográficas laváveis, faça desenhos neles de pessoas e animais.

26. A CIDADE GRANDE

Providencie um local que não precise ser ocupado por cerca de duas semanas. Comece com os mais jovens construindo uma grande cidade. Utilize trens, blocos para construir cidades, rodovias, paisagens, figuras de brinquedo e animais, e outros

brinquedos semelhantes. Não se preocupe se a escala não estiver perfeita. Observe como a iniciativa será fabulosa. Deixe que a imaginação de cada um crie uma situação (o governador virá para uma palestra, uma pegada no chão mostra que um urso acabou de fugir do zoológico), usando todos os brinquedos sobre esse tema.

27. A PEQUENA CIDADE

Empregando ripas pequenas de madeira de 2 cm por 4 cm (procure consegui-las em alguma construção ou compre as de qualidade inferior em serrarias ou casas de material de construção), corte blocos de tamanhos variados. Mostre às crianças como juntar os blocos. Em seguida, arrume-os e escolha o tipo de edifício que eles poderão formar: o mais alto pode ser um prédio de escritórios, um comprido vira uma casa de fazenda, os quadrados transformam-se em armazéns, os grandes a escola, e assim por diante. Depois, deixe as crianças decorarem os blocos com pinturas. Por exemplo, o bloco do correio pode ser verde e amarelo, com uma bandeira e uma caixa postal na frente. Dê sugestões para que representem seus próprios lares ou os de seus amigos, com prédios de apartamentos ou casas.

28. A CASA É A CIDADE

O mundo é grande — e o mesmo ocorre com o mundo dos blocos e carros. Vá com a criança de um ambiente a outro de sua casa e determine um novo nome para cada espaço: o posto de gasolina, a escola, a alameda das lojas, a casa da tia Vera. Em cada local, use blocos para construir um desses edifícios. Em seguida, deixe as crianças guiarem seus carros e caminhões de um lugar para outro fingindo representarem em cada um. Você pode estar naquele ambiente lendo ou fazendo outra atividade e quando a companhia de transporte chegar, seja o lojista, o homem do posto, a tia, e assim por diante.

PARTE 4: JOGOS COM PAPEL

PARA CRIANÇAS MENORES

29. QUADROS PARA A COZINHA

Enquanto um dos pais estiver trabalhando na cozinha, a criança poderá criar um quadro de cozinha ao mesmo tempo. Começando com um pedaço de papelão, incentive-a a desenhar

uma gravura com lápis de cera. Depois, mostre como é possível adicionar textura e dimensão à pintura colando exemplares de alimentos, tais como macarrão, legumes secos, farinha e açúcar. Isto requer pouca quantidade de material e produz um quadro muito interessante.

30. FAZENDO COLA

Primeiro, mostre aos garotos como se faz a massa. Misture um quarto de xícara de farinha de trigo e duas colheres (de sopa) de açúcar em uma panela. Em fogo médio, adicione aos poucos uma xícara de água e cozinhe até ficar transparente, mexendo sempre. Retire do fogo e acrescente um quarto de colher (de chá) de óleo de pimenta ou de ervas. Em seguida, rasgue papéis coloridos em formatos originais e utilize-os para a colagem. Esta pode formar desenhos ou quadros. Nunca pergunte "O que é isso?", ou dê ordens como "Mais azul" ou "Trabalhe mais devagar". Se você fizer a colagem ao mesmo tempo, dê o exemplo trabalhando com cuidado e divertindo- se com sua criação.

31. "MEU CORREIO"

Quando classificar sua correspondência diária, coloque de lado a desnecessária e dê ao seu filho, para que ele tenha sua própria correspondência especial. As cartas com letras enormes e gravuras o interessarão.

32. ARCO-ÍRIS DIVERTIDO

Com um pedaço de papel encerado, mostre à criança como usar raspas de lápis de cera em papel vegetal. Jogue as aparas de lápis de cores diferentes sobre vários locais do papel. Em seguida, cubra com um pedaço de papel encerado. Leve para uma tábua de passar, colocando uma cadeira para que seu filho possa ajudar (forre com um pano velho para evitar que a capa da tábua se suje). Mostre-lhe os lindos desenhos que podem ser feitos quando se passa o ferro quente por cima do papel. Deixe-o experimentar, mas vigie com atenção. Avise-o para que nunca tente esta atividade sozinho.

33. ARCO-ÍRIS DE LÁPIS COLORIDOS

Não jogue fora os velhos tocos de lápis de cera coloridos. Faça seu filho raspar o papel e colocá-los numa fôrma bem untada. Ponha cerca de dez pedaços de uma única cor numa xícara ou misture as cores para um lápis em arco-íris. Asse por dez a doze minutos a 135 graus. Então, deixe esfriar e retire os blocos de lápis com uma faca. Pode-se usá-los deste modo ou cortá-los do tamanho adequado para mãos pequenas.

34. FÔRMAS DE BISCOITO
Ensine às crianças como riscar em volta de forminhas de biscoito; então, recorte o desenho no papel. Quando a criança tiver pelo menos três modelos (pode ser uma árvore, um coelhinho ou um boneco), deixe-a colá-los em outro pedaço de papel, pintá-los e desenhar um cenário, reservando um espaço no canto para uma pequena história que ela ditará a você.

35. O QUE VOCÊ ESTÁ VENDO?
Em um pedaço de papel, desenhe algumas linhas, fazendo várias divisões grandes e pequenas com linhas curvas cruzando com retas. Pergunte que formas a criança vê dentro das linhas. Faça-a colorir os objetos que encontrar. Em seguida, vire o papel de cabeça para baixo e examine o que mais há escondido no desenho. Você ficará surpreso com o que ela descobrirá.

PARA TODAS AS IDADES

36. QUEBRA-CABEÇAS BARATOS
Aproveite catálogos de brinquedos, pois eles servem para muitos fins. Utilize suas páginas, ou a página inteira de pinturas de revistas velhas para fazer quebra-cabeças. (Você deve colar a gravura previamente sobre um papel branco, caso contrário, será difícil distinguir qual é o lado certo quando as peças estiverem viradas). Para cada membro da família forneça uma gravura e uma tesoura. Cada um cortará seu desenho em seis pedaços (ou mais se as crianças forem maiores). Então, todos trocam os quadros entre si e tentam montá-los o mais rápido possível. Por fim, reúna as peças de todas as gravuras sobre a mesa e deixe todos trabalharem juntos para conseguirem montá-las novamente.

37. QUADRO DE AVISOS
Elabore um quadro de avisos para a família, em uma parede bem visível (talvez na cozinha, na sala de estar ou sobre a mesa de jantar). Coloque um calendário no quadro mostrando todos os acontecimentos interessantes que a família pretende fazer nesse mês. Gravuras, fotografias, listas de corais, números de telefones importantes, convites, tarefas escolares e outros, podem ser dispostos no quadro. Este espaço revela- se melhor do que a porta da geladeira, a qual se destinará para avisos especiais.

38. AMPLIANDO UMA GRAVURA

Esta constitui uma diversão criativa para todas as idades. Retire uma página inteira de uma revista velha. Não deixe ninguém ver o quadro inteiro, mas corte-o em tantos pedaços quantas forem as pessoas presentes. Cada uma recebe um pedaço para colar em qualquer parte sobre sua folha de papel. A pessoa então completa o desenho à maneira que desejar, com lápis de cera ou caneta hidrográfica, acrescentando pessoas, paisagens e objetos. É divertido observar a variedade de aspectos em que o quadro se desenvolve.

39. GENTE DE PAPEL

Peça para cada participante transformar um copo descartável de papel não encerado numa figura de gente. Inverta os copinhos e desenhe um rosto e um corpo nos lados. Instale um pedaço largo de tábua ou uma cartolina dura numa posição levemente inclinada. Em seguida, coloque cada copo sobre uma bolinha de gude e deixe as pessoas de papel se moverem sobre a inclinação. Logo que adquirir habilidade, promova competições. Mude as rampas para corridas mais rápidas ou mais lentas.

40. JOGO AMERICANO

Primeiro, as crianças colam junto duas tiras de papel branco com 20 cm por 27 cm de tamanho, formando um papel de 40 cm por 27 cm que se transformará numa esteira. Juntas, procuram gravuras interessantes em revistas, catálogos e gibis de histórias em quadrinhos. Cole as ilustrações sobre o papel branco, assegurando-se de que todas as beiradas soltas estejam grudadas. Então, corte um pedaço de papel encerado com cinco centímetros a mais do que a esteira. Recubra as gravuras com ele, vire a esteira sobre este papel e dobre as beiradas do papel manteiga para trás. Utilize essa esteira como uma colorida toalha de jogo americano para a mesa de jantar. A fim de torná-la mais duradoura, passe o ferro quente na beirada do papel encerado para fazer a fusão do papel com as estampas.

PARA CRIANÇAS MAIORES

41. O ÁLBUM VIVO

Compre um álbum barato e peça para a criança marcar nele o nome do mês corrente com um lápis de cera. Então, cole itens fornecidos por familiares, como por exemplo, um cartaz

marcador de um jogo de bola, uma boa lição escolar, uma carta da vovó, o programa de um recital, fotos ou o cartão de nascimento de um bebê. Deixe uma criança mais velha escrever os comentários de acordo com os itens. Adicione mais itens no álbum a cada semana, e faça com que uma outra criança se encarregue dele no mês seguinte.

42. O CARTEIRO

Amarre um barbante de um local para outro (de um quarto para outro quarto, ou da sala de estar para a cozinha) em movimento de ida e volta. Use a maçaneta da porta ou o espaldar de uma cadeira como terminal do barbante. Teste as amarras puxando e verifique se se move com suavidade. Então prenda no cordão a "mala postal" (uma cesta de compras servirá). Coloque nela uma gravura, uma mensagem ou um pedaço de bolo embrulhado. Delicadamente, puxe o barbante
para enviar o cesto para o outro ambiente. Quando você receber o correio, mande algo de volta.

43. QUANTO TEMPO?

Todos da casa escrevem uma carta ou pintam uma gravura para enviar a um parente ou amigo distante. Escreva na folhinha a data em que as cartas foram mandadas e a data em que cada um acha que receberá a resposta. Veja o quão perto está cada pessoa.

44. CARTÕES DE ANOTAÇÕES

É mais divertido escrever cartões de agradecimento em cartões feitos à mão. Ajude a criança a colher flores e folhas para prensar. Recorte um papel de carta e espalhe uma fina camada de cola branca onde as flores serão colocadas. Disponha as flores em arranjos. Em seguida, cubra com papel encerado e guarde sob uma pilha de livros grandes ou numa prensa, para que as flores fiquem achatadas e secas em apenas alguns dias. Desta maneira a criança poderá fazer etiquetas para presentes e preparar cartões para você.

45. CASAS DE CARTAS

Empregando um baralho, mostre como construir casas. Promova um jogo para ver quem consegue fazer a mais comprida ou a mais alta; verifique qual construção dura mais tempo. Como variação, joguem juntos revezando-se, cada um colocando uma carta por vez. Qual carta fará a casa cair? Ou então, situe dez cartas em cada lugar na mesa de jantar. Ninguém pode tocar nelas até que acabem a refeição. Depois, deixe cada pessoa montar algo interessante com suas cartas: um desenho, uma cabana de índios ou uma casa.

PARTE 5: TODOS DA FAMÍLIA

46. O QUARTO DE HÓSPEDES

Em uma noite do fim de semana, deixe cada pessoa da família dormir em uma cama diferente. É divertido estar no quarto do outro! Os pais também! Na manhã seguinte, durante o café, conversem a respeito do novo local onde dormiram, sobre o que foi bom ou ruim, e o que precisa ser melhorado naquele quarto.

47. BULBOS GRANDES

Compre um ou mais bulbos de uma flor grande que cresça bem em interiores. Os bulbos da *Amarilis* revelam-se ideais. Faça as crianças darem um nome às flores (Ami a *Amarilis,* etc.). Veja quantos dias leva para despontar seus brotos. Então, tire a medida da planta a cada dia. Peça às crianças para elaborarem uma tabela. Cada uma pode dar um palpite sobre quando vai abrir o primeiro botão. Se possuir vários bulbos, isto pode se tornar uma competição.

48. QUEBRANDO A ROTINA

Transforme a televisão em algo especial em seu lar. Quando houver um programa diferente que agrada a todos da família, pendure um aviso na geladeira anunciando o título e o horário. Eventualmente, permita que seu filho convide um amigo. Escureça a sala. Prepare pipocas. Fale a respeito do programa durante os intervalos. (Para maiores informações sobre TV, ver o capítulo 7, parte 9).

49. UMA NOITE À LUZ DE VELAS

Finjam que são colonizadores e passem uma noite sem eletricidade. Dê noções de segurança a respeito de velas. Com uma vela servindo de lanterna, saiam para um curto passeio no escuro, fora da casa. Comam, leiam, façam jogos e tomem banho à luz de velas. Lembrem-se de apagar todas as velas, deixando que a última seja extinta pela pessoa que estiver mais próxima dela.

50. REPLANTANDO

Assim como as plantas se desenvolvem mais quando o ambiente é melhorado e o meio de crescimento vitalizado, o mesmo acontece com as crianças. Uma vez por ano trabalhem juntos para dar ao quarto de seu filho uma nova aparência. Não gaste dinheiro com este projeto. Use a criatividade, deixando-o

pendurar posters novos, mudar a cama de lugar, pintar a estante de livros e trocar os brinquedos envelhecidos por outros. O quarto dele é seu castelo (eis o motivo pelo qual a criança nunca deve ser mandada para seu quarto como punição). Dê-lhe um novo aspecto para torná-lo um agradável local de brincadeiras, trabalho e sono. Quando terminar, inaugure o novo quarto fazendo uma refeição nele.

51. CORRIDA DENTRO DE CASA

Quando as crianças estiverem durante muito tempo dentro de casa porque não é possível sair, proponha uma corrida. Escolha uma cor, como, por exemplo, verde. Determine todos os ambientes que fazem parte da disputa (procure usar todos os aposentos, incluindo os armários e banheiros) e faça os competidores irem rapidamente de um aposento ao outro, tocando um objeto de cor verde. Você corre junto, também. Se houver mais de dois participantes, o vencedor é o primeiro que tocar o item verde em cada local designado e retornar ao início.

52. DORMIR FORA, DENTRO DE CASA

Com sacos de dormir ou camas de enrolar, faça de conta que a casa é uma floresta. Deixe que cada pessoa da família determine um único lugar para dormir "no solo". Os locais favoritos costumam ser debaixo da mesa de jantar, em frente à lareira, perto do cachorro, ou na banheira. Coloque uma música suave e arranje uma lanterna e um livro para facilitar o sono.

53. FAZENDO VELAS

Junte todas as velas gastas e velhas que tiver. Deixe as crianças escolherem as formas das novas, utilizando pratos, cartões e outros objetos que possam suportar o contato com cera quente. Fixe no fundo da fôrma um barbante para ser usado como pavio; então, supervisione com atenção o derretimento do material. Fisgue para fora os pavios velhos. Dissolva pedacinhos de lápis de cera para mudar o colorido. Resfrie de leve e despeje em moldes. Depois que a cera esfriar um pouco mais, endireite o barbante do pavio ou coloque uma vela menor no centro como pavio. Quando estiver dura, retire-a do molde e aproveite-a para a mesa de jantar ou outra finalidade.

54. O FOTÓGRAFO

Mostre o funcionamento de uma câmera fotográfica simples. Com sua ajuda, deixe as crianças se fotografarem num brinquedo, com o animal de estimação, em trajes novos, e assim por diante. Quando forem reveladas, faça com que cada uma escreva pequenas anotações sobre as fotos, e mande-as para os amigos e parentes distantes. Sem criticar, demonstre como

pode-se melhorar os retratos tirados, tal como a centralização do objeto principal, garantir que a luz venha por trás da câmera ou se aproximar do alvo.

PARA CRIANÇAS MAIORES

55. MISTÉRIOS DA CASA

Dê um lápis e um papel a cada membro da família para que anotem vários itens que aparecem em múltiplos na casa: degraus, lâmpadas elétricas, vasos de plantas, janelas, portas, armários de cozinha, gavetas e casacos na saleta de entrada. Depois, cada pessoa escreve seus palpites sobre "quantos" existem em cada categoria classificada. Encarregue cada pessoa para um determinado item e faça-a andar pela casa contando-o. Quando as contagens estiverem prontas, veja quem mais se aproxima em cada categoria.

56. NÓS

Primeiro, procure em uma enciclopédia, livro de escotismo ou *camping,* ilustrações de como se fazer nós. Juntos, selecionem cinco tipos úteis de nó. Então, forneça a cada pessoa da família uma corda de 15 cm com 0,5 cm de diâmetro. Aprenda alguns destes nós: laçada que se ajusta, para amarrar objetos juntos; o nó completo, para atar mochilas e usar em primeiros socorros; o nó de voltas corrediço, para ser empregado em escaladas ou acidentes; o nó de duas laçadas e meia, para prender um nó que está firme mas pode se afrouxar com facilidade; entrelaçado ou nó trançado, para unir duas cordas. Ensine um de cada vez, até que todos dominem o nó. Depois, para entretenimento, faça-os no escuro, à noite, para ver quem realmente sabe fazê-los.

57. A NOITE DA NOSTALGIA

Apresente um velho caderno de recortes de jornal, um álbum de fotografias ou alguns *slides* ou filmes. Escolha algumas categorias tolas para procurar: a pessoa mais adorável, o pior vestido, a pessoa mais estranha, a pose mais maluca. Veja o quanto cada um mudou! Peça para as crianças dizerem os nomes das outras pessoas nas fotos. Repita isso várias vezes no ano, mas não exagere. Durante meia hora este passatempo será divertido.

58. DIVERSÃO COM A FILMADORA

Se não possuir uma filmadora para videocassete, alugue uma. Primeiro, planeje como será seu filme: a história de um dia, "Esta é sua vida" para uma pessoa, ou um enredo imaginado. Reúna vestimentas, suportes, música e atores. Fale a respeito do que está fazendo, mas não ensaie. Depois, reveze as funções

como diretor, ator e *cameraman.* Veja sua produção e divirta-se com seus defeitos e pontos altos. Você fará melhor na próxima vez! (Para outras idéias sobre câmeras de vídeo, ver o capítulo 7, parte 9).

PARTE 6: ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO COMO COMPANHEIROS

Os animais de estimação oferecem às crianças oportunidades de serem responsáveis, de manifestarem amor e receberem afeição. Alguns garotos imaginam brincadeiras com seus bichinhos, falando com eles e ouvindo-os. Estes animais propiciam continuidade e estabilidade a um mundo sempre em mudança.

59. VISITANDO LOJAS

Melhor do que apenas surpreender seu filho dando-lhe um animal, vá à loja com ele, antes de se comprometer. Procure saber com amigos a respeito de seus animais e peça sugestões. Visite a Sociedade Protetora dos Animais ou uma loja especializada e examine-os. Pergunte "Se você fosse adquirir um animal hoje, qual escolheria?" Cuide de um bichinho de outra família para observar o quanto as crianças se divertem e brincam com ele.

60. COMEÇO PEQUENO

Quando escolher o primeiro animal, comece com um pequeno, e que possa ser tocado. (Esta regra não se aplica ao peixinho dourado!) Um *hamster,* um velho gatinho revelam-se ideais. Cachorros e pôneis podem vir mais tarde. Antes de comprar o animal, elabore com a criança uma lista dos itens necessários: alimentação, tratamento, exercício, carinho. Converse a respeito de como estas atividades devem se encaixar na programação diária. Através de gravuras ou palavras, monte um quadro de avisos sobre o que a criança deve fazer.

61. PEIXES, TARTARUGAS, FORMIGAS E PÁSSAROS

Os três primeiros constituem animais para serem vistos. Divertem uma criança pequena, que pode observá-los durante alguns minutos por dia. As maiores podem gostar de criar determinadas variedades especiais de peixes. Você certamente vai considerá-los quando seu filho quiser um animal de estimação, mas os peixes não oferecem o companheirismo dos outros animais. Eles representam um bom teste à habilidade infantil de tratar de bichos de estimação. Alguns pássaros são bons para crianças maiores que têm interesse e paciência para treiná-los e se divertem com esses lindos amigos emplumados.

62. PORQUINHO-DA-ÍNDIA!

Estes gentis roedores revelam-se ótimos para crianças porque gostam de ser acariciados e mimados. Os conhecidos porquinhos-da-índia podem ser comprados com cerca de dois meses de idade. Vivem de cinco a oito anos. Se seu filho aprecia pentear e cuidar, adquira a variedade peluda Peruviana. As companheiras fêmeas engravidam cedo, com um ou dois meses de idade, numa prenhez de sessenta e cinco dias, procriando de um a quatro filhotes por ninhada. Pense de antemão sobre as famílias que poderão querer os filhotes, e ofereça-os também na escola. Você precisará de uma gaiola, raspas de madeira, um lugar ensolarado, comida e água. Estes bichinhos engraçados gostara de companhia; então, não se esqueça de lhes dar bastante atenção.

63. NINHADAS DE GATOS

Possuir uma ninhada de gatos pode parecer divertido, mas lembre-se de que você precisará encontrar casa para todos. Por que não começar apenas com um gatinho da Sociedade Protetora dos Animais? O gato não serve para um pré-adolescente, que está apto a se mostrar severo ou dar atenção exagerada. É uma boa escolha para uma criança do jardim-de-infância. Ele necessita de uma caixa quente, uma guarnição para arranhar (um bom projeto para o pai e o filho realizarem), uma caixa de retalhos, comida e água regulares, mais amabilidades e o resto. Os gatos são brincalhões e se divertem com objetos simples como uma bola amarrada a um barbante, uma pequena bola de lã, ou um brinquedo que guincha. Assim como os cachorros, prefira os castrados a fim de evitar filhotes não desejados.

64. ANTES DE COMPRAR UM CÃO

Leia o livro *Tudo sobre cães* (A. Gondrexon e Ives Browne; Ed. Martins Fontes). Lembre-se de que um cachorro pode viver de doze a dezesseis anos; assim, o cão que escolher provavelmente acompanhará os anos de crescimento das crianças. Prefira uma raça que combine com suas expectativas; raças diferentes têm o temperamento diverso em graus de atividade, treino e sociabilidade. Faça pelo menos quatro visitas à Sociedade Protetora dos Animais ou a lojas especializadas e observe os exemplares antes de se decidir a adotar ou comprar um.

65. QUANTO CUSTA?

Faça uma lista das despesas que terá com seu futuro cão: cama, comida, brinquedos, repelente de pulgas, vacinas, tratamento e estada no canil durante as férias. Procure saber os custos na loja

especializada em cães e com o veterinário, chegando a um resultado. Em seguida, some o tempo gasto (por dia ou semana) para alimentar, tratar, passear e treinar o animal. Acrescente um tempo mínimo diário para brincar com ele. Considere o preço e os compromissos. Uma vez que deseje realmente um cachorro, não achará desencorajador.

66. DOIS TRUQUES

Divida a família em dois grupos. Cada um escolhe um truque que achar fácil para o cão aprender. Os componentes do grupo podem praticar a qualquer hora. Veja qual truque ele assimila primeiro. Ensine estes artifícios: aprender a sentar, se deitar, "dar" as patinhas, latir, rolar, pular uma vara, tocar uma campainha, buscar e levar objetos. Não pressione o animal ensinando mais do que duas façanhas por vez. Quando ele tiver aprendido as duas, você poderá ensinar outras.

67. ALUGAR UM CAVALO

À uma certa altura da infância, todas as crianças desejam ter um cavalo, o que se revela muito dispendioso. Mais do que simplesmente possuir um animal de estimação, a manutenção de um cavalo requer um padrão especial de vida — gasta-se muito tempo e é bastante caro. As cavalgadas, os treinos, os tratamentos e as exibições podem ocupar todo o tempo de lazer da criança. Antes de assumir tal compromisso, procure saber no estábulo local ou em uma hípica a possibilidade de alugar um cavalo para o verão. Faça a criança enxergar o que está envolvido ao lidar com equipamentos eqüestres, os exercícios e cuidados necessários. Depois do verão, converse com ela sobre o que aprendeu e se ainda está interessada em continuar.

PARTE 7: DIVERSÕES À MESA

68. ARTISTAS FAMINTOS

Cubra a mesa de jantar com uma toalha de papel liso. Ao lado dos pratos alinhe cinco lápis para desenho. Não dê nenhuma ordem, apenas convide para desenhar e comer. Alguns artistas esfomeados fazem um pequeno muro enquanto outros podem desenhar o contorno dos pratos e copos. A menos que o papel esteja muito respingado, mantenha-o em uso por várias refeições até que tenham acabado todos os espaços em branco. Pendure-o no quadro de avisos ou na parede da cozinha, para que todos possam apreciar a "obra de arte".

69. O REPÓRTER DE TV

Converse a este respeito com apenas um membro da família. Ajude-o a montar um microfone falso com um papelão.

Mantenha-o escondido até que toda a família esteja sentada para o jantar, então apresente-o como "O Repórter Entrevistador" de um canal de TV. Ele pode fazer perguntas sobre a escola, trabalho, o que estão achando da comida, como é viver nesta casa, o que gostariam de mudar, e assim por diante. Se quiser, grave as entrevistas com uma filmadora de videocassete a fim de passá-las mais tarde.

70. QUAIS AS NOVIDADES?

Antes do jantar, peça para cada pessoa da família procurar no jornal um assunto interessante para comentar na hora da refeição. Aqueles que não sabem ler podem escolher um cartão ou uma gravura. Veja o quanto você aprende.

71. O RESTAURANTE

Com a ajuda de seu filho, planeje servir o jantar como se fosse em um restaurante. Deixe-o escrever um cardápio simples e agir como um garçom: faz os outros se sentarem, serve a sopa, o prato principal e a sobremesa. O cozinheiro e o garçom também se sentam à mesa e perguntam como foi o serviço e se a comida saiu a contento. Apresente uma conta absurda no final do jantar.

72. O QUE EXISTE EM UM NOME N.° 1

Com a ajuda de um livro da biblioteca sobre nomes e seus significados, procure um derivado histórico de cada nome das pessoas da família. Veja como o nome evoluiu e como aparece diferente em outros países. Por exemplo, o nome "Pedro" é de origem latina e significa "pedra", "rocha", e um Pedro famoso é Pedro Álvares Cabral; "Helena" é um nome de origem grega, e quer dizer "tocha reluzente". Explique aos seus filhos como escolheu seus nomes. Pergunte- lhes como gostariam de se chamar. Faça boas rimas (não jocosas) para o nome de cada um.

73. O QUE EXISTE EM UM NOME N.° 2

Deixe cada um decidir o que gostaria que seu nome significasse. Um dos pais pode iniciar. Se seu nome for Fábio, você escolhe uma qualidade que comece com cada letra: força, amor, bravura, inteligência e ousadia. Os pais devem explicar o sentido de cada palavra, mas é fácil elaborar um vocabulário. Em seguida, peça para cada criança dizer o sentido de seu próprio nome. Todos trabalham juntos para o sobrenome. Talvez você queira escrever para seus filhos guardarem. Depois de um ano, repita o jogo e veja quais novas qualidades aparecem.

74. A PORÇÃO REAL

Quando se servir um novo prato no jantar, qualquer pessoa pode pedir uma "Porção Real", já que a realeza tem seus direitos. Esta

porção consiste numa única colher de sopa do novo prato e é tudo o que deve ser comido. Com freqüência, na próxima vez, o alimento é comido na quantidade normal e servido sem comentários.

75. DIÁLOGOS DE TV
Quando a televisão está ligada, a conversação pára; assim, aproveite a hora do jantar sem competir com a TV. Em vez disso, discutam sobre o que assistiram. O que tornou o programa tão engraçado? As piadas foram às custas dos sentimentos de alguém? Como ela representava as crianças? Os pais? O trabalho? A justiça? O que foi estúpido? O que foi interessante? O que aprendemos? Faça elogios a quem acrescentar itens a este diálogo. (Para mais detalhes sobre conversações, ver o capítulo 10).

76. CONVIDADOS SURPRESA PARA O JANTAR
Planeje um jantar simples com um grande refogado e uma salada. Cada pessoa convida alguém para o jantar no mesmo horário, mas mantém secreta a identidade do convidado. A conversa se tornará animada junto aos hóspedes-surpresa.

77. UMA HISTÓRIA FANTÁSTICA
Marque um cronômetro de relógio de pulso para cinco minutos. Um dos genitores começa inventando uma história absurda, de animais que falam, carros que voam e outros elementos fantásticos. Após três ou quatro frases, o narrador aponta para alguém que deve continuar a história e depois passar para outra que ele apontar. Quando o cronômetro tocar, a pessoa indica uma outra que deverá terminar a história, juntando todos os finais soltos.

78. JANTAR À FANTASIA
Avise a família com alguns dias de antecedência para que se fantasiem para um determinado jantar. As crianças mais novas precisarão de ajuda. As maiores podem pedir permissão aos pais para que lhes emprestem suas roupas. Aproveite lençóis velhos, maquiagem, bijuterias, lápis de cor e sacos de papel para fazer máscaras usadas sobre a cabeça. Mantenha segredo sobre as fantasias até o momento do jantar. Guarde-as para futuras ocasiões.

79. MAUS MODOS
Melhor do que estragar uma refeição falando repetidamente sobre boas maneiras à mesa, promova uma "Refeição de maus modos". Sem deixar que os outros ouçam, explique a cada um qual a má educação que vai representar: cotovelos sobre a mesa,

falar com a boca cheia, interrupções, se inclinar sobre a mesa para alcançar o outro lado, sair da mesa sem permissão, começar a comer antes dos outros. Em algum momento durante a refeição, alguém deve demonstrar maus modos para ver se passa despercebido. Todos devem continuar a comer e conversar naturalmente, mas observe quem consegue pegar uma pessoa praticando um mau hábito.

80. REFEIÇÃO SOBRE UMA ÁRVORE

Quebre a rotina de um dia comum permitindo que as crianças almocem sobre os galhos mais baixos de uma árvore. Junte-se a elas! Coloque no chão ao lado da árvore um saco aberto para que cada uma saiba onde jogar os copos de papel e guardanapos usados.

81. JANTAR À LUZ DE VELAS

Os garotos nunca se cansam de velas, então, jantem com este tipo de iluminação. A princípio, posicione as velas no centro da mesa, e depois, para variar, coloque-as em frente a cada pessoa. Acenda-as à noite. Veja qual vai arder por mais tempo. Ensine às crianças o modo de apagar as velas com as mãos em concha para não espalhar a cera ou deixar cair um pavio inflamado sobre a mesa. Se os jantares à luz de velas continuarem a agradar, compre um candelabro e um apagador de chamas.

PARTE 8: O ASSISTENTE DO CHEFE

Deixe que seus filhos se divirtam ajudando na cozinha e aprendendo a cozinhar por si próprios. Quando demonstrarem maior interesse em cozinhar, compre-lhes um livro de receitas e escolha algumas simples, compatíveis com a idade das crianças. Verifique também se há receitas nos suplementos infantis dos jornais de sua região (como o "Estadinho" ou a "Folhinha", por exemplo). Não se esqueça de usar a cozinha também para diversões não culinárias.

82. O PEIXE FANTASMA

Gyotaku quer dizer peixe polido, e trata-se de uma arte oriental com centenas de anos. Você precisa de um peixe fresco com quinze a quarenta e cinco centímetros de tamanho e bem gordo (perca, garoupa ou linguado). Adquira numa papelaria uma tinta grossa à base de água, uma pequena escova, um pincel de 2,5 cm e papel de rascunho ou outro papel que suporte água. Acompanhe os sete passos seguintes: 1) Lave cuidadosamente o peixe com água e sabão. *Seque bem.* 2) Coloque o peixe sobre um jornal ou mesa de trabalho. Se as barbatanas estiverem soltas, escore-as com barro e alfinetes. 3) Utilizando um pincel de 2,5 cm, pinte uma fina cobertura sobre o peixe, primeiro

aplicando-a da cauda para a cabeça. Não pinte o olho. Em seguida, passe outra camada no sentido contrário, para que a tinta penetre entre as escamas. 4) Disponha o papel de rascunho sobre o peixe e pressione para baixo com firmeza, tendo cuidado para não enrugar ou mover o papel. 5) Remova o papel e veja o resultado. Você poderá fazer mais gravuras se desejar. 6) Com um pequeno pincel, pinte o olho. 7) Lave o peixe por completo em água corrente até que fique limpo — e depois, prepare-o e sirva para o jantar.

83. O PÃO FABULOSO

Esta massa especial pode assumir formato de gente, de animais, de cestos ou ornamentos que podem ser pintados e conservados por muitos anos. Você precisa de quatro xícaras de farinha, um copo de sal e um copo e um quarto de água. Numa bacia grande, deixe a criança misturar a farinha e o sal e depois juntar a água. Quando estiver muito dura para amassar, estará pronta para ir à assadeira. Deposite um pouco de farinha no tabuleiro e em suas mãos. Amasse na amassadeira por dez minutos, até que adquira uma consistência macia. Em seguida, dê formato à pasta, ou faça rodelas com cerca de 1 cm de espessura e corte-as com uma faca. Ponha-as sobre papel de assar e leve ao forno a 175 graus. Roscas finas ficam prontas em trinta minutos, enquanto as mais grossas demoram uma hora. Depois que estiverem frias, podem receber pintura. Quando a tinta estiver completamente seca, envernize-as para um melhor acabamento. Na hora de estocar, coloque-as em saco plástico com algumas bolas de naftalina a fim de evitar que as traças se divirtam comendo seu trabalho de arte.

84. ARITMÉTICA DA COZINHA

Ensine estes equivalentes a seu filho, deixando-o realmente testá-los com água e medir colheres e copos.

3 colheres de chá = 1 colher de sopa
4 colheres de sopa = 1/4 de xícara
8 colheres de sopa = 1/2 xícara
16 colheres de sopa= 1 xícara
2 copos = 1/2 litro
3 copos = 1 garrafa
4 copos = 1 litro
5

Mesmo alguns pais não conhecem estas medidas; então, deixem que seus garotos testem vocês, também!

85. RECIPIENTE DE BRINCAR

Ensine às crianças menores que os utensílios de cozinha não são

para brincar. Determine uma prateleira para os próprios equipamentos da criança: recipientes de plástico que se encaixam uns nos outros ou formam uma pilha, um funil para brincar com água na pia, uma colher de madeira para mexer pudim, colheres e xícaras medidas, pinças, espátula, um molde para fazer gelo ou gelatina.

86. A PADARIA

Numa manhã de sábado, crie sua própria padaria. Com antecipação, selecione algumas receitas e compre os ingredientes. Planeje fazer bolinhos ou uma sobremesa, pão, bolos, e um assado. Trabalhe em conjunto, permitindo que cada pessoa participe na elaboração e na limpeza da padaria. Experimente algumas de suas invenções, divida outras e coloque as restantes no congelador.

87. TROCADILHOS DIVERTIDOS NA COZINHA

Copie esta lista (menos as respostas) e veja quantos trocadilhos seus filhos podem encontrar na cozinha:

Trocadilho	*Resposta*
Equipamento de bateria (música)	Prato
Se for no calor	Forno
Objeto absorvente	Esponja
Frio na ladeira	Geladeira
Tortura medieval	Cavalete
Escolher	Colher
Pessoa que corta a conversa	Tesoura
Deixa ver se abre	Chave na porta
Quando aborrecido, você está	Enfarinhado
Dançar numa festa de adolescentes	Batedeira
Repreender alguém	Sabão
Algo muito fácil	Sopa

88. BARCOS DE FRUTAS

Não importa a estação do ano; um barco de frutas forma um prato festivo e constitui um recurso muito apreciado pelas crianças. Cada barco é servido como porção individual e assemelha-se a um barco à vela. Comece com um melão: descasque-o e peça para seus filhos o cortarem em forma de barco (cerca de um oitavo do melão). Retire um pouco da parte central, em baixo, para que o barco se equilibre na superfície. Em seguida, use um espeto para fazer um mastro para cada barco. Tiras de pão fresco com pasta de amendoim ou queijo macio podem ser cortados em triângulos para servirem de vela. Com cuidado, coloque o mastro através da vela e firme-o no

barco. Para a tripulação, use uma rodela de banana para o corpo, com pernas, braços e cabeça de uvas afixadas com palito de dente. Deixe cada barco navegar num mar de alface.

89. O DECORADOR DE MESA

Deixe seu filho arrumar a mesa e criar uma agradável decoração de centro. Mostre como se distribui a baixela pela ordem de uso; a peça que vai ser utilizada primeiro, posicionada distante do prato. Coloque os guardanapos, garfos, pratos para salada à esquerda, e facas, colheres, taças e copos à direita. Para crianças pequenas, faça um esboço simples demonstrando onde deve ficar o serviço de jantar e mantenha-o na gaveta da cozinha ou no quadro de avisos até que tenham aprendido. Como ornamentação central, prefira flores, folhagens com uma estatueta, um arranjo com animais de brinquedo ou bonecos, um recipiente de vidro com algo interessante dentro ou uma peça de barro feita pela criança.

90. ALEGRIA COM MASSA

Quando estiver empregando massa para torta ou para pizza, deixe seus filhos pegarem alguns pedaços e cortá-los em formatos diferentes como animais, pessoas ou casas. Em seguida, decore com canela e açúcar, asse e sirva como refeição ligeira. Para a massa de pizza, faça com que cada criança acrescente sua cobertura favorita, asse e saboreie no almoço ou jantar.

91. "MINHAS RECEITAS"

Forneça uma pequena caixa ou um fichário extra para que seu filho tenha suas próprias receitas. Quando ele preparar biscoitos ou assados com você, copie a receita e guarde em seu fichário. Os maiores podem fazer suas próprias cópias com capricho. Lembre-se de marcar a data. Mais tarde, quando o jovem estiver vivendo por conta própria, levará esta caixa de receitas já experimentadas. Estas favoritas da família o farão recordar do lar, e talvez ele seja capaz de se lembrar da primeira vez que a preparou.

92. A RECEITA DO PRIMEIRO LANCHE

Esta saudável guloseima é jima das que a criança pode preparar com uma pequena ajuda sua. Além disso, se conserva bem no congelador.

BATONS DE PASTA DE AMENDOIM

1/4 de xícara de pedaços de pasta de amendoim
1/4 de xícara de leite em pó
1 colher (de sopa) de mel
1/3 de xícara de creme de leite
4 bananas, descascadas e geladas
1/3 de xícara de amendoim picado

Coloque os quatro primeiros ingredientes em um liquidificador e mexa até que fique liso. Envolva as bananas nesta massa, cobrindo-as por inteiro. Salpique com o amendoim e encaixe uma vareta chata. Congele e saboreie.

93. RECEITA DA PRIMEIRA SALADA

Deixe que a criança faça uma para cada pessoa da família. No prato de saladas, coloque uma folha de alface e no centro, uma rodela de abacaxi. Pegue uma banana inteira e corte-a pela metade. Ajeite-a no centro do anel de abacaxi e pressione-a suavemente para que fique de pé, como uma vela. Monte a chama da banana deste modo: com um raspador de vegetais retire uma tira da cenoura, com cinco centímetros de comprimento. Dobre a tira ao meio para representar uma chama. Corte a ponta da banana e encaixe a tira da cenoura, torcendo a parte de cima para que se assemelhe a uma chama. Use um palito para fixá-la à banana. Outras frutas podem ser usadas sobre a alface. (Você também pode omitir a cenoura e colocar uma vela de aniversário na banana e acendê-la exatamente antes da refeição).

94. RECEITA DO PRIMEIRO DOCE

Eis aqui um doce não cozido que seu filho pode preparar com uma colher de pau. Misture 1 xícara de pasta de amendoim, 1 xícara de bolacha Maria pulverizada, 1 xícara de mel, 2 colheres de chá de baunilha, 1 xícara de coco ralado. Enrole em formato de bolinhas ou espalhe numa assadeira e corte em quadrados. Faça as crianças compartilharem esta invenção com os amigos.

95. O JANTAR ENLATADO

Aqui está um único prato principal que seus filhos podem cozinhar na grelha para um jantar ao ar livre. Para quatro pessoas use 500 gr de carne para bife; passe sal e pimenta, e corte em quatro partes. Unte quatro latas iguais vazias, limpas e com capacidade de 500 gr cada. Coloque dentro de cada uma na seguinte ordem: um pedaço de carne, cinco tiras de cenoura, dois pedaços de tomate, 1/2 xícara de milho em conserva (sem a água). Tempere com sal, pimenta e margarina ou manteiga por

cima. Cubra cada lata com papel alumínio, vedando bem, e deixe sobre a grelha por cerca de 25 minutos. Enquanto estiver cozinhando, prepare a massa seguindo as instruções do pacote

de mistura preparada. Em seguida, retire a cobertura de alumínio com cuidado e despeje quatro colheres (de sopa) de massa em cada lata. Cubra novamente apertando bem e cozinhe por mais 20 minutos sem destampar. Quando abrir, tenha cuidado. (Haverá vapor e as latas estarão quentes). Sirva uma lata para cada pessoa.

96. O PRIMEIRO BOLO

Este falso bolo de anjo é feito com rapidez pelas crianças, e tostado sobre brasas ou na grelha de uma fogueira. Utilize pão amanhecido inteiro. Retire as cascas e corte em quadrados de 5 cm. Coloque o pão em espetos de churrasco ou em varetas. Passe-os em leite condensado e coco ralado e torre-o no fogo até que o coco esteja marrom e crocante.

PARTE 9: EM CASA E ET CETERA

PARA CRIANÇAS MENORES

97. CAIXA PARA BRINCAR SOZINHA

Com o auxílio da criança, selecione seus brinquedos favoritos para quando estiver sozinha. Coloque-os numa cesta ou caixa de papelão, a qual ela poderá colorir ou decorar. Então, guarde a coleção no alto de uma estante ou outro lugar fora de seu alcance. Quando houver uma ocasião em que precisará brincar sozinha, entregue-lhe a caixa de brinquedos particular. Esta novidade manterá seu interesse por um longo período.

98. A LENTE DE AUMENTO

Mostre como segurar e usar uma lente de aumento. Observe a trama de um tecido, um fio de cabelo, brinquedos, o nariz do cachorro, a terra, uma folha e o olho de uma pessoa. Veja quem pode encontrar o objeto mais interessante.

99. BANHEIRA ESPECIAL

Como um presente, deixe a criança usar a banheira dos pais para um longo e divertido banho. Forneça brinquedos e livros baratos, uma toalha grande, espuma de banho e loção. A hora do banho torna-se um entretenimento especial quando o local é diferente. Duas crianças pequenas podem dividir a diversão, mas você precisará controlar os respingos de água e estar alerta para precauções de segurança.

100. BOLAS

Junte bolas variadas, pequenas e grandes, e alguns recipientes (caixas velhas de papelão, panelas de cozinha ou bacias). Deixe

o pré-escolar tentar arremessar uma ou mais bolas para dentro dos diversos recipientes. Depois, usando várias bolas sob uma cartolina, mostre-lhe como fazer a cartolina rodar. Indique como abraçar uma bola grande e rolar com ela.

101. FAZEDOR DE BOLHAS DE SABÃO

Prepare sua própria mistura com detergente e água ou compre líquido para fazer bolhas. Você pode utilizar aros de tampa de garrafa como soprador, soprar através de um anel de verdade ou construí-lo com um arame fino. Pratique fazendo bolhas simples ou duplas. Faça bolhas na banheira. Veja se o cachorrinho gosta delas.

102. ARCO-ÍRIS DE ÁGUA

Experimente criar águas com cores diferentes misturando corante de alimento e água numa jarra de vidro. (Use avental e ensaboe imediatamente as roupas que ficarem com pingos, pois algumas cores são difíceis de sair). Junte ramos ou flores e coloque estes arranjos coloridos em cada ambiente. Lembre-se de que um pouco do colorido irá desbotar.

PARA CRIANÇAS MAIORES

103. ADIVINHANDO PESOS

Coloque numa bandeja dez artigos diferentes que você tenha pesado na balança da cozinha, do banheiro ou com o peso registrado pela franquia postal: uma carta, um livro, uma maçã, um carro de brinquedo, um anel, uma caneta, um prato, um sapato, uma pedra, um copo. Elabore a lista dos vários pesos num pedaço de papel. Deixe a família dar palpites sobre o peso de cada objeto. Ou então, faça com que adivinhem qual é o mais leve ou mais pesado.

104. AMIGOS DO SABONETE

Dê a cada criança um bom pedaço de sabonete barato e uma faca não afiada. Deixe os escultores manterem segredo sobre o que estão esculpindo (uma casa, um carro, um menino, um gato). Veja quem consegue adivinhar o que é cada escultura. Utilize-as no banheiro. Não desperdice as aparas: amarre-as numa gaze e usem-nas na banheira.

105. O TÚNEL

Reúna várias mesas e cubra-as com lençóis. Quando estiver escuro, rasteje através do túnel. Faça revezamentos com os participantes. A pessoa encarregada pode colocar objetos estranhos dentro dele, emitir sons assustadores, ou tentar achar sob o lençol cubos de gelo, um espanador ou uma roupa molhada. Depois, acenda as luzes e promova uma corrida usando um cronômetro para ver quem atravessa o túnel mais depressa.

PARA TODAS AS IDADES

106. SACOLA DE SAPATOS

Não importa a idade de seus filhos; compre uma sacola de sapatos para todos. Para o bebê, amarre a sacola no quadrado e preencha cada bolso com seus brinquedos. No princípio, ele conseguirá alcançar somente os que estiverem embaixo, mas assim que der impulsos para cima, será capaz de usufruir todos os conteúdos. Deixe as outras crianças encontrarem finalidades para suas sacolas. Por exemplo, quando presas à parede, formam excelentes depósitos para os pequenos brinquedos das crianças menores. As meninas maiores apreciam pendurá-las junto ao guarda-roupa para guardar fitas, lenços e meias. Os garotos e meninas podem colocar ferramentas e provisões de arte. E, naturalmente, se tudo mais falhar, a pessoa pode usá-las para guardar sapatos.

107. CORRIDA DA ARRUMAÇÃO

Quando muitos brinquedos estão espalhados, recrute a família inteira para uma corrida da arrumação. Os participantes tentam adivinhar quanto tempo a competição vai durar. Um minuto? Oito minutos? Doze? Quando você disser "Agora!", todos começam a recolher os objetos e levá-los ao lugar. (Isto significa que devem ser guardados em seus devidos lugares e não deixados numa pilha no canto. O trabalho fica mais fácil quando existem bons locais para estocagem de brinquedos). Os jogadores podem se mover mais rápido ou mais devagar para serem os vencedores, mas os outros participantes irão contrabalançar. Nenhum prêmio será ganho, exceto a satisfação de um trabalho bem feito. Depois de algumas poucas destas corridas, seus filhos acharão que recolher os brinquedos não é tão ruim assim.

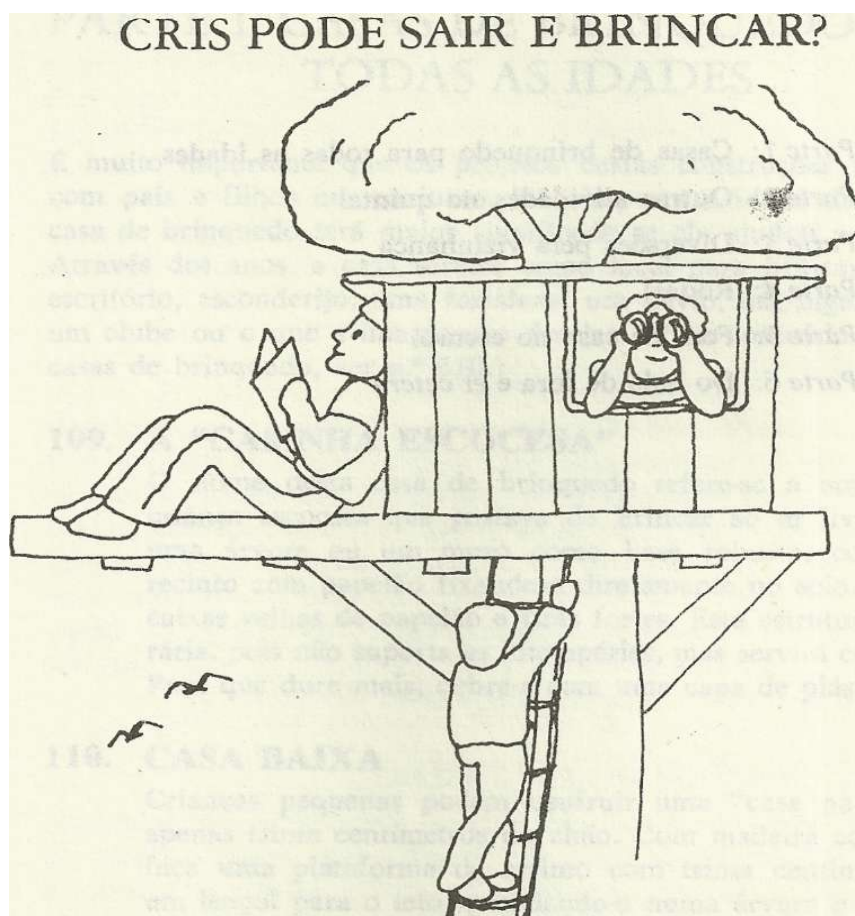
108. OS DEZ GRANDES PARA BRINCAR DENTRO DE CASA

Considere esta lista dos dez grandes brinquedos educativos para atividades em interiores: aqueles que não precisam de eletricidade, pilhas ou não é necessário empurrar. Eles correm

pela imaginação! Você pode querer comprar um para seu filho em seu próximo presente.

• Para crianças menores: blocos grandes para construir, pratos para brincar e objetos de copa, dois ou mais bonecos, brinquedos resistentes que rolam e que se pode sentar sobre eles, um quadro negro, brinquedos para construções como o Lig-Lig, instrumentos musicais como o xilofone ou um pequeno piano de boa qualidade, uma casa de papelão ou de plástico, uma família de bonecas, um zoológico ou arca com muitos animais.

• Para crianças maiores: uma barra de ginástica para batente de porta, uma câmera fotográfica simples, um instrumento musical fácil de tocar tal como um gravador de som (não um toca-fitas, mas um instrumento), brinquedos de construção como o Lig-Lig, um microscópio, uma variedade de carrinhos e caminhões que possam ser usados juntos, equipamentos esportivos, jogo da velha, um relógio à prova d'água, jogos instrutivos como War, Banco Imobiliário, Detetive, Caça-Palavras, Jogo da Vida.

DOIS

As calçadas e os quintais do bairro constituem ótimos lugares de recreação, mas você também pode desfrutar várias destas

atividades em um parque. (Muitos destes jogos podem ser adaptados para dentro de casa durante os dias chuvosos ou frios.) Os entretenimentos ao ar livre propiciam diversão saudável em quase todos os tipos de clima, além de incentivarem a independência e o convívio com outras crianças. Não é preciso procurar outros espaços, pois o lazer pode estar bem perto de casa. Acima de tudo, este tipo de divertimento requer poucos gastos!

PARTE 1:
CASAS DE BRINQUEDO PARA TODAS AS IDADES

É muito importante que os projetos destas construções se realizem com pais e filhos em conjunto. Não importa a idade da criança, a casa de brinquedo terá maior significado se ela ajudou a construí-la. Através dos anos, a casa servirá como local para brincar de teatro, escritório, esconderijo, uma fortaleza, um navio, um lugar privativo, um clube ou o que a imaginação desejar. (Para conteúdo simples de casas de brinquedo, ver n.° 610.)

109. A "CASINHA ESCOCESA"

O nome desta casa de brinquedo refere-se a uma pequena criança escocesa que gostava de brincar ao ar livre. Usando uma árvore ou um muro como base robusta, construa um recinto com papelão fixando-o diretamente no solo. Empregue caixas velhas de papelão e tiras fortes. Esta estrutura é temporária, pois não suporta as intempéries, mas servirá como início. Para que dure mais, cubra-a com uma capa de plástico.

110. CASA BAIXA

Crianças pequenas podem usufruir uma "casa na árvore" a apenas trinta centímetros do chão. Com madeira compensada, faça uma plataforma de arrimo com trinta centímetros. Use um lençol para o teto, prendendo-o numa árvore e amarrando as beiradas nas pontas das tábuas. Deixe a criança praticar pulos para fora da plataforma baixa, almoçar, descansar nela e utilizá-

la para brincar com jogos.

111. VÁRIOS NÍVEIS

Usando a "Casa Baixa" como base, adicione uma segunda plataforma a certa distância de um tronco mais alto e não diretamente a "Casa Baixa". Procure prender bem firme esta

plataforma superior na árvore e certifique-se de que as pilastras de suporte estejam seguras. Amarre uma corda ou escada de cordas e pratique subir e descer com a criança. Quando fizer tempo bom, transforme-a num local diferente para fazer lição de casa ou jogos. (Mais idéias são dadas a seguir, para brincadeiras realizadas em casas de brinquedo.)

112. A MANSÃO

Acrescente um último andar à casa de "Vários Níveis", o mais alto que a segurança permitir. Amarre firmemente uma rede robusta em volta deste patamar final, para que os habitantes estejam protegidos. A "Mansão" destina-se somente à crianças que obedecerem as regras de segurança sem pulos ou empurrões. Ela pode ser um calmo refúgio, um local para ler, dormir fora, ou apreciar algumas das intensas atividades descritas mais adiante.

113. CONSTRUÇÃO LUXUOSA

Em qualquer nível que estiver a casa de brinquedo, acrescente paredes de madeira com janelas que abrem, um teto e uma porta. Estes itens podem ser simples ou trabalhados, de acordo com o que você desejar. A princípio, não termine a casa de uma vez só; deixe as crianças aproveitarem sua forma simples. Depois, quando se aborrecerem, trabalhem juntos para fazer melhorias. Considere a possibilidade de envernizar ou pintar a casa com uma boa tinta para exteriores. Coloque um sino próximo ao chão para ser tocado pelos visitantes.

114. DECORAÇÃO DO INTERIOR

Escolhendo materiais que agüentem ficar ao relento, acrescente móveis simples à casa: um banco, uma mesa, cortinas de plástico, uma caixa à prova d'água para pratos, brinquedos e jogos simples. Um colchão coberto de plástico igual aos de acampar torna o local bom para descanso e leitura. E por que não colocar no alto na casa uma bandeira ou um emblema?

115. PASSAR A NOITE NA CASA

Planeje com antecedência passar uma noite inteira na casa de brinquedo. Converse a respeito de medidas de segurança. Providencie para que o dorminhoco não role para fora. Um dos

pais ou uma criança mais velha poderá ficar num saco de dormir no chão embaixo. Você precisará de roupas de cama, lanternas, uma campainha para pedir ajuda, um lanche para a hora de dormir e um livro. Depois que seu filho se acostumar a dormir nesta casa, deixe-o convidar um amigo por uma noite para brincar e dormir.

116. CASTELO E REI

Duas ou mais crianças podem realizar esta brincadeira na casa da árvore e no quintal. Os pais também podem participar. A casa da árvore é o castelo do rei (ou rainha). O rei tem seus olhos vendados e senta-se no castelo. Os outros jogadores atuam como cavaleiros que tentam tomar o castelo. Eles podem vir de qualquer parte do quintal, mas devem chegar em silêncio, para que o monarca não os ouça até que pisem no castelo, conquistando-o. O rei tem três desafios. (Um deles é quando ele aponta para o que pensa ser um cavaleiro se aproximando e tira a venda rapidamente. Se ele não apontou diretamente para o cavaleiro, deve recolocar a venda e o jogo continua.) Se gastar as três chances, o cavaleiro mais próximo se tornará o novo rei. Se ele pegar o cavaleiro em um desafio, este deverá ir para o canto mais distante do quintal, e o jogo continua até que um cavaleiro capture o castelo. Então ele se torna o soberano e o jogo recomeça.

117. PEGADOR COM BINÓCULO

A família toda pode participar deste jogo ao anoitecer. Um participante chamado "Grande B" senta-se em um ramo da árvore com um binóculo. Ele cobre os olhos enquanto os outros se escondem pelo quintal. Então, olha através do binóculo, tentando descobrir um jogador e chamá-lo pelo nome certo. Ele ordena que ande um passo à esquerda, à direita, à frente ou para trás. Eventualmente ele enxerga e identifica uma pessoa, e depois' outra. A última descoberta será o próximo "Grande B".

118. O FORTE

Você precisará de um monte de bolas de pingue-pongue ou outras bem macias para esta atividade. Divida as bolas em dois sacos e os jogadores em dois times. Um deles age como defensor do forte e senta-se na casa da árvore com suas bolas. O outro time representará os assaltantes do forte. Os assaltantes começam a atacar a fortaleza de um lado do quintal. Cada time atira bolas, tentando acertar o outro lado. Quando um jogador é atingido por uma bola, passa para a outra equipe. Finalmente um dos lados vence. Então, eles trocam as posições e recomeçam a brincadeira.

119. DOIS FORTES
Se você morar ao lado de outra família, verifique se podem construir uma casa de brinquedo em ambos os quintais. Isto possibilitará novos tipos de jogos. Observem-se com binóculos. Finjam que são fortalezas inimigas. Tornem-se dois baleeiros no mar. Pratiquem atirar (para precisão) saquinhos de feijão ou bolas macias entre as duas partes, ou brinquem de telefone sem

fio. Planejem passar a noite nas duas casas de brinquedo: jantem e contem histórias em uma, e depois, durmam na outra.

120. O NAVIO AFUNDANDO
Reserve esta brincadeira para um dia quente, usando roupas leves ou trajes de banho. Você vai precisar de uma bisnaga d'água para cada pessoa. A casa da árvore representará um navio numa tempestade no mar. Um jogador, o capitão, senta-se na casa da árvore com um apito. Coloque uma corda na grama a cerca de um metro e meio de distância da casa (ajuste a distância de acordo com a idade das crianças). Os outros participantes são baleias que esguicham água e devem ficar atrás da corda. O capitão apita uma vez e as baleias tentam atingi-lo com água. (Se ele for acertado, torna-se uma baleia e a pessoa que atirou assume seu posto de capitão). As baleias devem cessar de esguichar e ficar paradas onde estiverem quando o capitão apitar duas vezes. Então ele tem uma chance de esguichar. Se acertar uma baleia, ela deve juntar-se ao capitão no navio. Esta baleia apita uma vez para que as outras recomecem a espirrar água. O jogo prossegue alternando desta maneira até que o capitão resgate todos os participantes, ou seja, atingido e um novo capitão comece o jogo outra vez.

PARTE 2:
OUTRAS ATIVIDADES NO QUINTAL

PARA CRIANÇAS MENORES

121. A SUPERCAIXA DE AREIA
Planeje a construção de uma caixa de areia no decorrer de vários fins de semana. No primeiro deles, compre dormentes de estrada de ferro e encontre o local adequado para instalar uma caixa retangular. (Esta forma revela-se mais interessante que a quadra porque permite diques ou montanhas de areia em uma das pontas — um verdadeiro recurso para uma recreação imaginativa.) Situe os dormentes e olhe à sua volta para verificar se está no lugar certo. Também examine no interior de sua casa se a caixa está sob sua vista. Considere a visibilidade e o barulho para a vizinhança.

Quando você achar o lugar ideal, cave a terra de quinze a quarenta centímetros de profundidade, assim a areia ficará funda o suficiente para brincar. No fim de semana seguinte, lixe os dormentes e amarre-os uns aos outros. Depois, cubra a depressão com um pedaço de plástico grosso, pesado e com alguns furos, a fim de evitar o crescimento de ervas daninhas, mas que permita a drenagem da água. Inicie juntando recipientes interessantes de plástico, moldes e brinquedos (as colheres de plástico de cozinha são ótimas). Na semana seguinte, encha a caixa com uma boa areia limpa, adquirida em lojas de materiais de construção. Preencha até quase o nível dos dormentes e faça um monte de quinze a vinte e cinco centímetros de altura no centro. Guarde um pouco de areia para repor quando se espalhar para fora da caixa.
Instale ganchos para prender um plástico ou uma lona que cobrirão a areia e a manterão limpa. Forneça pequenos objetos de plástico resistente para construir um lago na areia amontoada (não use películas de plástico aderente, por razões de segurança). Não se esqueça de pedir às crianças para cobrirem a caixa de areia no fim do dia ou quando não a estiverem usando. Ensine seus filhos a conservarem a areia e não atirá-la nos outros ou para fora da caixa.

122. REMBRANDT DE CALÇADA
Esta atividade funciona bem num quintal, calçada, entrada de garagem ou mesmo em subsolos. Você precisará de um pequeno balde e alguns pincéis baratos de pintura, grandes e pequenos. Utilizando apenas água pura como tinta, comece pintando um quadro de uma pessoa, uma casa, ou uma árvore. Quando as crianças perceberem como isto funciona, deixe-as assumirem o controle, observando como pode ser feita uma grande pintura antes que a água seque e desapareça. Quando isto acontecer, elas terão uma nova superfície para recomeçar.
Tente escrever nomes também. Os maiores podem redigir mensagens, fazer contas de somar ou caricaturas.

123. CAVANDO
Se você possuir um quintal, separe uma parte pequena onde os garotos possam construir estradas de terra, dirigir pequenos caminhões, cavar túneis e buracos para a "China" ou fazer um forte. Ajude seu filho a colocar uma cerca ou plantar arbustos baixos em volta de sua área particular.

PARA TODAS AS IDADES

124. GARRAFAS DE PULVERIZAR
Eis um bom divertimento para o verão. Use pequenas garrafas

de borrifar com pontas ajustáveis. A única regra é não espirrar nos olhos e nos ouvidos Enquanto as crianças se divertem num dia quente molhando umas às outras, você também pode participar pulverizando as plantas sedentas com a mangueira. Lembre-se que garrafas de pulverizar são mais seguras para seus filhos do que a mangueira de alta pressão.

125. O MINI-HOLOFOTE

Usando um objeto brilhante tal como uma panela, mostre às crianças como captar um raio de luz do sol e direcioná-lo. Você é o primeiro a fazê-lo, refletindo a luz sobre uma criança. Então, ela tem que representar algo: saltar, contar até dez, dizer o alfabeto, dar uma cambalhota. Depois, esta criança "pega" a luz e a dirige para mais alguém.

126. SHOW AÉREO

Compre o mais barato estojo de avião de madeira que encontrar e monte. Em seguida, promova um *show* aéreo no quintal ou no parque do bairro. Veja qual dos aviões pode voar mais alto, ir mais distante, dar voltas, ficar no ar por mais tempo, e sobreviver a uma batida. Amplie esta idéia incluindo outra família ou toda a vizinhança.

127. PLANTAR ALIMENTO

As crianças gostam de comer o que cultivam. Comece devagar. Procure sementes de vegetais em lojas ou supermercados. Selecione as de crescimento fácil: alfaces, rabanetes, cenouras e beterrabas. Deixe que seus filhos preparem o solo, plantem as sementes, rotulem as quatro fileiras, semeiem e reguem com cuidado, observem, desbastem, e então preparem seus produtos para comer. Em outra ocasião, considere um espaço maior no jardim para plantar milho, abóbora e pepino. Uma excelente colheita para as crianças é um pequeno canteiro de morangos. As plantas têm bela aparência, lindas flores e fornecem lanches instantâneos (mas não se esqueça de lavá-las antes).

128. O ESPANTALHO

Todo cultivo precisa de um, e é divertido montá-lo. Comece por um pequeno. Deixe cada criança contribuir com uma peça de roupa. O espantalho pode ser homem ou mulher. Você vai precisar de uma estaca ou uma vassoura velha como base. Recheie as roupas com palha, folhas secas ou jornal amassado. Faça a cabeça com uma meia, use *jeans* e uma camisa de manga comprida; acrescente acessórios, como luvas, tênis, um cachecol, um chapéu e até mesmo bijuterias velhas. Dê-lhe um nome e deixe-o sentar-se à mesa de jantar antes de levá-lo para trabalhar no jardim.

129. ESCULTURA VIVA

São necessárias três pessoas para fazer esculturas vivas. Um dos pais começa a brincadeira e depois deixa que as crianças continuem. Um dos participantes assume o papel de Michelangelo, e decide o que deve ser esculpido: um corredor, um anjo, um jogador de futebol, um professor, um bebê, um cachorro fazendo uma travessura. Michelangelo sussurra sua

decisão a um dos jogadores e então segura sua mão e a balança num arco amplo dizendo: "Mármore, faça o que eu mandar!" Quando Michelangelo o soltar, o participante faz pose de estátua e espera, enquanto o escultor dá ordens aos outros. Enquanto eles mantêm suas poses, Michelangelo examina cada escultura e toca na melhor. Essa estátua agora torna-se o novo Michelangelo.

130. ESPERANDO UM NOVO BALANÇO

Assim que mudar para uma casa, plante duas árvores vigorosas com cerca de dois e meio a três metros de distância. Elas se tornarão os suportes para seu velho balanço de corda. De acordo com as árvores e seus crescimentos, você terá que esperar cinco ou mais anos. Depois, coloque uma estaca bem resistente entre as árvores e jogue as cordas do balanço através dela. Posicione-a o mais alto possível, para que o balanço vá bem alto. As crianças maiores precisarão aguardar até que as árvores agüentem seus pesos; as mais novas podem se balançar mais cedo. Mostre-lhes como dar impulso, para que não precise empurrá-los. Construa o assento largo o suficiente para duas pessoas. Os pais também se divertirão com o balanço.

131. JOGOS PARA A PISCINA

Uma piscina no quintal é um investimento, utilizado com freqüência. Estas corridas também podem ser desfrutadas em piscinas nos arredores: um simples pique de revezamento, uma corrida de braçadas de qualificação e por baixo d'água, corrida através de argolas, corrida sobre bóias na superfície, empurrar uma bola com o queixo, corrida com um braço ou semente com os pés. Outros jogos incluem os velhos favoritos "Pólo Aquático", "Queimada" e voleibol aquático.

132. EM VOLTA DA PISCINA

Este jogo para todas as idades pode se adaptar a qualquer piscina. Um dos pais ou uma criança maior lidera, jogando com os garotos menores. Em volta da piscina, um jogador atravessa oito obstáculos colocados na beirada da piscina, cada um valendo um ponto. O líder faz os obstáculos usando seu próprio corpo e a lateral da piscina. Os participantes não ganham ponto

se ao passarem pelo obstáculo encostarem no líder. Os obstáculos são os seguintes:

1. Ficando na parte rasa, a curta distância da parede, o líder coloca suas mãos na beirada da piscina. O nadador passa entre o corpo do líder e a parede sem tocar nele.
2. Posicionado no canto, o líder faz um grande "buraco" com uma mão no alto e uma perna na parede. O nadador vai por baixo d'água e passa ao redor do canto entre a parede e o líder.
3. Na metade da lateral da piscina, o líder coloca ambas as mãos em cima e ambos os pés na parede, fazendo um "buraco" para o nadador atravessar.
4. No segundo canto (na parte funda) o líder segura-se nas bordas e mantém as pernas separadas e esticadas — uma em cada parede — para fazer um "buraco" submerso que o nadador deve atravessar, realizando uma curva à volta do canto.
5. Com uma prancha de isopor, o líder segura a prancha com as mãos e põe os pés na parede, logo abaixo da água, forçando o nadador a mergulhar ou pular rápido por cima de suas pernas.
6. No terceiro canto (na parte funda), o líder vai por baixo da água e faz um grande "arco" com os dois braços, suas mãos apenas tocando a parede, para o nadador atravessar.
7. Na metade da piscina, o líder coloca suas costas na parede, segurando nas bordas e, arqueando suas costas, encosta seus pés na parede. O nadador deve passar pelas costas do líder.
8. De volta à parte rasa junto ao canto da escada, o líder faz a forma mais difícil usando seu corpo e os degraus, deixando uma pequena abertura e incluindo uma volta no canto.

Isto pode parecer difícil, mas se tornará o jogo predileto da família.

PARTE 3: DIVERSÕES PELA VIZINHANÇA

PARA CRIANÇAS MENORES

133. O GRANDE APITO

Quando uma criança pequena vai brincar na vizinhança pela primeira vez, os pais precisam saber a diferença que existe entre incentivo e interferência. Livre seu filho de uma super proteção dando-lhe um grande apito pendurado num cordão. Diga-lhe que vai observá-lo com freqüência, mas que ao ouvir o apito, irá imediatamente.

134. RASTRO DE GIZ

Utilizando um giz, ajude a criança a desenhar um rastro com

setas na calçada, na entrada da garagem, em um pequeno pedaço da rua ou mesmo em volta do edifício. Não risque uma linha reta. É mais divertido circular para trás ou fazer voltas. Depois, convide uma segunda criança a participar, seguindo as setas.

135. BARCOS DE PAPEL

Construa vários barquinhos com papel de embrulho ou com

folhas grandes. Num dia quente de chuva, vista uma capa, saia e coloque os barcos para navegar. Encontre poças, pequenas correntes ou outros locais seguros, onde a água se movimenta. Fique à beira da calçada, ponha sua frota na sarjeta e observe-os navegarem adiante. Leve consigo um saco e pegue algum lixo que possa aparecer e atrapalhar.

136. "DESARRANJOS FLORAIS"

Tal como um arranjo de flores, os mais jovens podem querer chamar de "desarranjos" as suas criações assimétricas. Este projeto pode incluir um ou mais participantes. Do seu jardim, do vizinho (com a permissão dele) ou de um terreno baldio, eles podem colher flores e ervas. Usando garrafas e jarras, elaborem um único "desarranjo" floral, e depois entreguem como presente-surpresa aos vizinhos e amigos.

PARA TODAS AS IDADES

137. AMARELINHA

Com um giz, risque uma amarelinha enorme em sua calçada, na entrada do carro ou até mesmo na garagem. Convide todas as crianças da vizinhança a participarem. Você pode usar saquinhos de pano com feijão, moedas ou pedras para o arremesso. Anote os pontos que todos fizeram num grande marcador.

138. ANDAR E ATIRAR

Quando a família sair para um passeio, ou quando um grupo de crianças brincar junto ao ar livre, experimente esta atividade simples que requer boa pontaria. Uma pessoa atira uma pequena pedra a uma distância curta ou longa à frente. Os outros jogadores arremessam suas pedras tentando chegar o mais próximo possível da primeira. À medida que o grupo avança, fica fácil verificar qual mais se aproximou. Cada um pega sua própria pedra, e o jogador de melhor pontaria na rodada anterior será o primeiro a atirar. Você pode jogar dentro de casa com fichas de pôquer ou tampinhas de garrafa.

139. SAQUINHOS DE FEIJÃO

Reúna pedaços de panos resistentes tais como um brim velho. Deixe a criança construir seu próprio saquinho; ajude-a a cortar e costurar os dois lados juntos; encha com feijão seco e depois costure para fechar. Monte saquinhos extras para outras crianças da vizinhança. Este entretenimento ensina boa pontaria. Comece jogando os saquinhos dentro de um círculo grande. À medida que os jogadores melhorarem, pendure um alvo para atirar, mantendo-os a uma distância de três metros. Em seguida, tente fazê-lo arremessar os saquinhos em buracos feitos em cartolina.

O último jogo consta de um grande círculo com vários outros menores dentro, e uma mosca de alvo. Marque o valor de cada ponto (cinco, dez, vinte e trinta) para os diversos círculos e quarenta pontos para quem acertar na mosca. Revezem no arremesso e contem os pontos para ver quem alcança cem pontos primeiro.

140. SHOW DE ANIMAIS

Num dia ensolarado, ajude seu filho a montar um *show* com os animais de estimação da vizinhança. Chame outras crianças e convide-as para trazerem seus bichinhos e também um pequeno prêmio embrulhado. Estabeleça categorias de acordo com os animais: o maior, o menor, o mais inteligente, o mais comportado, o mais ativo, as melhores travessuras. Usando fitas e cartolina, faça medalhas para presentear cada vencedor e pendurar no pescoço do seu dono. Cada proprietário também escolhe um dos prêmios embrulhados. Peça para duas pessoas mais velhas ou vizinhos julgarem a exposição.

141. PULAR CORDA

Convide outra família para pular corda junto. É um bom exercício para ambas as gerações. Você pode decorar estas rimas de pular corda!

• Para principiantes;
Eu gosto de leite e você de pudim,
Eu gosto de meninas (meninos) e elas (eles) de mim.

• Para intermediários: o primeiro saltador segura um envelope ou papel e diz:

Carteiro, carteiro, faça seu dever;
Mande minha carta para o meu bem querer.
Não pare, vá sem demora,
Leve para ela ainda agora!

Saindo na última palavra, o saltador deve passar a carta para o

seguinte, que vai entrar sem pausa.

• Para os mais avançados: este é feito com gestos apropriados (virando, tocando, cruzando a mão no coração, fingindo se vestir, acenando).

Urso Ted, urso Ted, vire-se pra mim.
Urso Ted, urso Ted, toque o chão assim.
Urso Ted, urso Ted, toque sua mão.
Urso Ted, urso Ted, te dou meu coração.
Urso Ted, urso Ted, coloque o pijama.
Urso Ted, urso Ted, vá para a cama.

142. JOGOS PACÍFICOS N.° 1

Muitos pais sabiamente desencorajam as brincadeiras com armas, mas isto não significa que essas atraentes recreações tenham de parar. Pode-se praticar boa pontaria com o seguro jogo de dardos, a arte de atirar setas, ou no boliche. A força pode ser desenvolvida durante as ginásticas no campo. Descubra os rastros brincando de "Detetive". Uma pessoa ou um grupo vai à frente e deixa pistas pelo caminho; os outros tentam segui-la sem serem vistos. Um dos pais também pode começar um jogo de aventura sugerindo o início de um enredo: "Um caminhão encalhou na areia do deserto. Ele está carregado com presentes de aniversário, um bolo e velas de cera derretendo. Você precisa salvar o motorista, seu conteúdo e entregar o bolo na festa. Mas um grupo de jovens famintos também quer alcançar o caminhão." Deixe as crianças continuarem a história a partir deste ponto. Você ficará surpreso com a criatividade delas.

143. JOGOS PACÍFICOS N.° 2

Num bairro onde brincar com armas e bazucas era muito popular, os pais se juntaram e fizeram um acordo ao qual as crianças não puderam resistir. Escolheram um grande brinquedo sabendo que elas gostariam: um elaborado ginásio de madeira. Então, reuniram os garotos e mostraram fotos de catálogo do brinquedo novo e se ofereceram para irem juntos comprá-lo *se* todos desistissem de suas armas. O brinquedo seria colocado no maior quintal da vizinhança e ficaria acessível a todos. As crianças aceitaram a troca e, em vez de brincarem de matar, mudaram para atividades mais saudáveis.

144. SUCATA DO EXÉRCITO

Verifique se em sua localidade o Exército possui uma loja para venda de materiais usados — talvez você encontre muitos brinquedos bons à disposição, os quais não têm nada a ver com armas. Confira os preços acessíveis nos itens como tendas para cachorros, mochilas de levar nas costas e ferramentas. Pode ser que você ache um pára-quedas, e ele constitui um grande brinquedo quando pendurado numa árvore do quintal. Também pode ser suspenso no teto do quarto do garoto, dando-lhe um incrível visual novo.

145. BASQUETEBOL

As crianças são muito novas para jogar basquete? Deixe-as praticar suas miras com um cesto de plástico para roupas. Qualquer tipo de bola servirá, e quanto mais, melhor: bolas de tênis, de basquete, de beisebol, de futebol, e até a bola do cachorro. Divida-as entre os jogadores e coloque as iniciais da criança nas bolas que ela vai atirar. Faça rodízios no arremesso ao cesto, com um e meio a três metros de distância (de acordo com a idade ou habilidade dos garotos). A bola que não entrar no cesto está "fora". Continue em turnos até que todas as bolas estejam "fora" do jogo. O vencedor é o último a embocar a bola no cesto. Utilizando um banco, levante o cesto para um nível mais alto e recomece o jogo. Veja a que altura o cesto deverá ficar antes que ninguém consiga mais acertar a bola em seu interior.

146. DIA MORNO

Ajude seus filhos a prepararem limonada e biscoitos. Deixe-os escrever cartazes simples anunciando uma "limonada social", dando o horário e o local daquele dia. Depois, as crianças entregam os convites para os amigos e adultos da vizinhança. Providencie alguns lugares para sentar à sombra a fim de apreciar conversações, limonada e biscoitos.

147. DIA QUENTE

Refresque-se usando uma piscina inflável. Observe quantas atividades a família pode realizar dentro dela. Deixe todos sentarem-se na piscina para um lanche. Descanse e tome um pouco de sol. Leia um livro para as crianças deitadas fora da piscina. Com máscaras de mergulho, veja objetos interessantes no fundo. Faça alguns barcos de papel e promova uma competição, soprando os barcos para o lado oposto. Coloque cadeiras à volta da piscina e jante com os pés na água. Organize uma brigada de pequenos baldes para esvaziar a piscina e regar as árvores sedentas. Permita que as crianças levem o sabonete à piscina para um banho após o jantar (não jogue água com sabão

nas plantas). Com toda esta atividade, talvez você precise trocar a água durante o dia e também iniciar cada dia com água limpa.

148. DIA CHUVOSO

Em um grande saco plástico de lixo, corte buracos para os braços e a cabeça. Proponha às crianças que acrescentem lenços e cintos para deixar na moda os equipamentos de chuva. Botas e um chapéu completam o vestuário. Agora, saiam para um passeio na chuva. Se estiver muito forte, levem guarda-chuvas. Observem como os carros andam, para onde a água escorre, como parecem as plantas, como a fachada das casas muda. Procurem um lugar onde a água fica parada e, usando uma vara, tentem soltá-la através de um canal. Inclinem suas cabeças para trás e experimentem a chuva.

149. DIA FRIO

Para brincar ao ar livre, ajude as crianças a planejarem uma aventura espacial. As roupas de inverso parecem um pouco com trajes espaciais. Usem capacetes como toque adicional. Um carrinho será a espaçonave, e os garotos se revezarão para conduzi-la seguindo as direções em vôo cego. Receba-os na Estação Espacial, onde tomarão uma xícara de chocolate quente. Depois, sairão em órbita perto de um planeta quente — representado pelo fogo de uma churrasqueira no lado de fora (mesmo que não seja verão). Forneça balas espaciais (quadradinhos de coco) e espadas galácticas (varetas e garfos) para tostarem o coco. À medida que escurecer, dê uma lanterna aos homens do espaço para que brinquem de pegador com laser, usando os raios de luz da lanterna para pegar.

150. DIA GELADO

Se você mora no extremo sul do país, onde às vezes chega a gear no inverno rigoroso, aproveite esta idéia para uma recreação diferente. No quintal, ajude as crianças a construírem um "iglu de neves". Coloque um caixote grande de madeira (em que caiba uma ou mais crianças) com a abertura virada para o lado. Cubra o caixote por fora com papelão grosso, no formato de um iglu. Na entrada, faça um túnel grande para as crianças se arrastarem para dentro. Depois que gear, borrife levemente o iglu com uma mangueira, a fim de que o gelo endureça e dure mais. Deixe seus filhos brincarem, lerem e comerem no iglu. E quando a família estiver viajando, numa cidade com neve, deixe as crianças construírem um iglu de verdade, usando apenas blocos de gelo!

151. TROCA DE BRINQUEDOS

Peça para cada um de seus filhos examinar seus brinquedos e separar, com a sua aprovação, dois ou três que tenha se cansado

de brincar. Proponha a outras famílias da vizinhança que façam o mesmo. Reúnam-se e deixem a molecada efetuar as trocas. Você ficará surpreso com as escolhas! Realize isto duas vezes por ano.

152. UM DIA DE ESPORTES

Junto com outra família, ou com muitas crianças vizinhas, elabore uma lista de eventos esportivos: salto à distância, arremesso, bola ao cesto, time de amarelinha, cabo de guerra, corridas de revezamento, de saco e de obstáculo. Forme dois times e, se não estiverem equilibrados, dê como desvantagem a

um deles as crianças menores e pais não atléticos. Estabeleça um tempo para que cada equipe pratique antes da partida. Use uma cartolina grande para marcação de pontos e anuncie sempre os resultados. Deixe pronto um lanche saudável para que os perdedores sirvam aos vencedores.

153. JANTAR PROGRESSIVO

Planeje um jantar progressivo em conjunto com outras três famílias. Na primeira casa, sirva um aperitivo e jogue uma partida. Na segunda, uma salada e música. Na terceira, um prato quente e bate-papo. Na última, sobremesas e histórias. Esta é uma ótima maneira para as crianças se sentirem confortáveis com os pais de seus amigos.

154. FESTA DO QUARTEIRÃO

Escolha a casa da vizinhança que possuir o maior pátio ou quintal e a maior entrada de garagem, sala de estar ou garagem. Participam pessoas de todas as idades; cada família leva um prato para o jantar, e *slides* ou fotografias. Antes da refeição, promova corridas de revezamento com as três gerações no quintal. Depois do jantar, ao ar livre, compartilhem de fotos instantâneas; reúnam-se dentro da garagem para uma sessão de *slides,* cinema ou um vídeo alugado.

PARA CRIANÇAS MAIORES

155. FOGUETES

Estes constituem uma das atividades mais atraentes e educativas para crianças maiores e responsáveis. Reunir os equipamentos para um foguete e depois pintá-lo e decorá-lo, requer dos jovens habilidade e paciência, embora seja uma diversão interessante.

Muitos gostam de executar este trabalho em conjunto, proporcionando a toda a família uma tarde agradável ao observar os foguetes serem lançados no ar. Um grande espaço ao ar livre e um dia sem vento revelam-se ideais. Tendo cuidados razoáveis, os foguetes são carregados e enviados para o espaço. Depois, recuperados e usados novamente. Alguns foguetes incluem artifícios especiais, tais como pára-quedistas em miniatura que descem flutuando separadamente.

156. BOLAS DE MEIA

Primeiro, providencie duas ou mais bolas de meia. Você precisará de uma bola de borracha macia (facilmente encontrada

em lojas de departamento) e uma meia de cano longo para cada uma. Coloque a bola dentro do pé da meia e amarre com um nó para fixá-la. Depois, pratique pegar e atirar. Pode-se arremessá-la segurando a ponta da cauda e "jogando para cima". As bolas de meia são boas para agarrar, servem a divertidos jogos de queimada, pegador e outras modalidades que os garotos inventam na hora.

157. PERNAS DE PAU

Divirta-se usando pernas de pau. Comece com as curtas. Meça o seu filho do chão até sua axila. Corte duas estacas lisas e fortes com trinta centímetros a mais que a medida. Pregue um suporte para os pés a trinta centímetros da ponta. Mostre como colocar os paus sob os braços. As pernas de pau têm sido usadas durante séculos por povos que vivem em climas úmidos. Assim que a criança adquirir habilidade, poderá até utilizá-las para corridas de revezamento.

158. DIA DAS PIPAS

Num dia com bastante vento, reúna todos os vizinhos, adultos e crianças para um vôo de pipas ao ar livre. Prepare chocolate quente e rosquinhas. Algumas vezes os equipamentos mais baratos produzem os melhores papagaios. Você poderá oferecer prêmios para o que voar mais alto, o melhor feito em casa, e o mais ousado. Explique previamente aos garotos porque a pipa voará, porque precisa de uma cauda e como puxando a linha o ajuda a ganhar altura. Procurem juntos numa enciclopédia dados sobre pipas.

159. CANGURUS E COELHOS SALTITANTES

Neste jogo de equipes, o objetivo é ver qual grupo salta mais longe em conjunto. Divida os participantes igualmente. Um dos times será dos "cangurus" e o outro dos "coelhos". De uma linha de partida, o primeiro jogador de cada time dá um pulo de pé. O segundo parceiro do time parte do local onde o primeiro chegou e dá seu salto, e assim por diante com todos os participantes.

Veja qual time pode saltar mais longe. Então recomece a competição, fazendo cada jogador dar três pulos para frente ou dois para trás.

160. ACAMPAMENTO CASEIRO

A garotada pode adquirir uma grande experiência em acampar sem sair de casa oficialmente. Planeje uma ou duas semanas de acampamento com crianças de seis a dez anos de idade e interesses compatíveis. Cada pai se oferece como voluntário para um dia e consegue uma segunda "pessoa de apoio"; desta maneira haverá sempre dois adultos à disposição. As crianças do grupo decidem as atividades: passeios pela natureza,

trabalhar com couro, andar de barco, nadar, cabana de índio, ginástica, aprender cálculos, fazer fogueira, cozinhar ao ar livre, seguir trilhas, cantar e contar histórias. Elabore um programa utilizando parques, piscinas, porões e quintais. Adote um nome para o acampamento e grave-o no boné ou na camiseta para que os campistas usem. Deixe-os escolher nomes indígenas para si próprios. No último dia, inclua uma noite extra ou uma fogueira ao anoitecer com jantar para todos os membros das famílias presentes.

161. CAMINHADA ALFABÉTICA

Juntamente com a família, saia a passeio e procure coisas que comecem com uma letra do alfabeto. Por exemplo, escolha a letra *r.* Você pode encontrar: rua, rio, roda, rocha, rumo, ramo, relva. Veja quem consegue achar cinco. Depois, selecione outra letra. Se optou pela letra m, procure monte, morro, mato, marcha, mercado, monstro, menino, máquina, moeda, e assim por diante.

PARTE 4: RODAS!

PARA CRIANÇAS MENORES

162. SAFARI SURPRESA

Os ciclistas muito novos não têm oportunidade de se afastarem de casa; então, planeje um safári: as crianças nas bicicletas, os pais a pé ou andando de *skate.* Ponha uma mochila nas costas. Mantenha segredo sobre o itinerário, mas forneça pistas. Quando estiver atravessando uma rua, diga: "Vamos andar com cuidado através de uma selva perigosa". Ao passar por outras pessoas na calçada, fale: "Estamos vendo outros nativos na expedição". Quando avistar um cachorro ou um gato, diga: "Olhem os animais selvagens!" Ao chegar perto de um bar, fale: "Eis aqui uma bica de água". Faça com que as pistas de seu safári combinem com a loja, a casa de um amigo, a escola, ou

com o parque, o qual é, naturalmente, uma reserva de caça selvagem.

163. ENTRADAS DE CARRO SEGURAS

Quando seus filhos começarem a brincar nas calçadas e andar de bicicleta sozinhos, podem não estar alertas ao perigo das ruas. Para lhes propiciar um lugar seguro de diversão, tire seu carro da garagem e estacione-o na frente da entrada de carros, bloqueando o acesso para a rua. Se seu vizinho ao lado tiver crianças e também fizer isto, elas terão um local ainda maior para se divertir.

164. AS RUAS DA CIDADE

Se sua residência possui calçadas seguras para carrinhos de pedal e triciclos, finja que são ruas da cidade. Espalhe cones ao acaso feitos com papelão cor de laranja e prenda-os ao chão com pedras para que não saiam do lugar. Com cartolina e algumas varas (ou ripas) construa todas as placas de trânsito: devagar, pare, proibido virar, pare no cruzamento. Coloque as sinalizações ao longo da calçada, na frente de várias casas. Com giz amarelo, demarque travessas, fazendo a rua continuar pela calçada para cima e para baixo em entradas de carro seguras. Se houver muitas crianças participando, faça um semáforo verde, amarelo e vermelho e deixe um dos garotos no controle, tampando com as mãos as duas cores para indicar pare, atenção e siga. Os outros podem ser o guarda ou o atendente do posto de gasolina (com algumas ferramentas para "consertar" triciclos na oficina mecânica). Isto proporciona horas de divertimento e educação de trânsito para os jovens.

165. PEDALANDO PELO BAIRRO

Deixe uma criança pequena aprender o caminho pela vizinhança, passeando de bicicleta. Ande devagar ao lado dela ou dirija a sua própria na rua, com seu filho na calçada. O bairro parecerá diferente e ambos verão detalhes mais interessantes de bicicleta do que de um carro. Mostre as casas dos amigos e vizinhos, lojas próximas, e ensine-lhe a ficar atento às entradas de garagem. Indique a que distância ele pode ir sozinho, mas diga-lhe que tem permissão para ir mais longe quando estiver com você. Vá a quarteirões afastados da casa, e depois deixe-o indicar o caminho de volta com você acompanhando.

PARA CRIANÇAS MAIORES

166. SEGURANÇA COM A BICICLETA

Quando a criança estiver pronta para usar duas rodas, ajude-a a planejar seu passeio sem os acessórios. Você pode querer comprar-lhe uma nova roupa em homenagem à ocasião. Para os

novos ciclistas, insista em calças compridas e camisetas de mangas longas. Uma regra para todos os ciclistas: faça questão do uso de capacetes e sapatos (nada de sandálias ou pés descalços). Tire fotos de seu filho aprendendo a andar de bicicleta. Quando ele dominar as duas rodas, deixe-o dar um telefonema especial de longa distância aos avós ou a um primo para contar a novidade.

167. DÊ NOME A BICICLETA

Ensine seu filho a ter orgulho de sua bicicleta, não importa o quão velha seja. Deixe-o dar um nome à bicicleta — afinal, ela será uma boa companheira por um longo período. Com decalque ou tinta e um pequeno pincel, ajude-o a gravar o nome.

Ao mesmo tempo, escreva a identidade na bicicleta usando um marcador de metal; alguns postos policiais têm estas ferramentas de marcar para emprestar a equipamentos que possam ser roubados.

168. ENCONTRO DE BICICLETA

Com pelo menos dois pais e dois outros ciclistas, escolha um parque a poucos quilômetros de distância de casa, onde possam fazer um piquenique ou brincar. Divida o grupo ao meio, deixando um pai em cada grupo. Usando um guia, determine dois caminhos diferentes para o parque. Saiam ao mesmo tempo, cada grupo seguindo seu percurso. Encontrem-se no parque para diversão, e depois, cada equipe voltará para casa pelo outro caminho.

169. OS VELHOS TEMPOS

Finja por um dia que o automóvel ainda não foi inventado. Com a família, vá de bicicleta a todos os locais seguros que puder: até a loja, à igreja, a parques, à casa dos amigos. Marque quanto tempo leva para chegar a lugares conhecidos. Imagine quanto tempo gasta para ir de carro. Quando você for de automóvel, anote o tempo e veja quem mais se aproximou nos palpites.

PARTE 5: FORA DE CASA NO ESCURO

170. CORRIDA A PÉ

Após o jantar, ande em torno do quarteirão ou na rua e volte. Escolha algumas "metas" para corridas, tais como um poste de luz, uma árvore, um sinal ou uma entrada de garagem. Nunca selecione metas que cruzem um passeio de carro ou vão até a

calçada do outro lado da rua, ou a própria rua. Comece com os mais novos, e depois os maiores. Veja quem chega lá primeiro. Em seguida, repita a brincadeira determinando outras destinações.

171. A CHURRASQUEIRA

Uma churrasqueira no quintal pode ser usada por muitos anos e é simples de construir. Com a ajuda da família, ficará pronta com um único carreto e o trabalho de uma hora. Numa loja de materiais de construção, escolha o tijolo mais barato para demarcar um buraco com cerca de noventa centímetros de diâmetro. Compre alguns tijolos extras e tábuas se quiser fazer bancos. Você também vai precisar de um saco de areia. Em casa, escolha um lugar onde possa montar a fogueira com

segurança. Cave um buraco com cerca de cinqüenta centímetros de profundidade no centro, e inclinando as laterais até a beirada. Forre-o com areia à medida que assentar os tijolos, deixando a superfície o mais lisa possível. Construa os bancos ou utilize toras para sentar. Com apenas uma pequena churrasqueira de lenha ou carvão você pode cozinhar salsichas ou batata-doce. É ótima para reuniões, e ainda melhor para uma noite de bate-papo e narração de histórias.

172. CONTEMPLANDO AS ESTRELAS

Numa noite clara, estique algumas, mantas sobre o gramado e olhe as estrelas. No princípio, aprenda apenas uma constelação, começando pela "Cruzeiro do Sul". Na vez seguinte, veja quem consegue achar a "Cruzeiro do Sul". Então, ensine a segunda. Procure outros objetos no céu: aviões, pássaros, discos voadores?

173. JOGO COM LANTERNA

Peça às crianças da vizinhança que venham quando estiver escuro, e tragam lanternas. Em um lugar seguro do quintal, joguem as habituais brincadeiras de pegador, "esconde-esconde" e "cobra-cega". Para os jogos de correr, coloque as lanternas sobre uma mesa no quintal e aponte-as em direção ao jogo.

174. O REI DA FLORESTA

Uma das crianças é o rei da floresta — o leão. Deixe que cada participante decida por si mesmo que animal quer ser, desde que escolha um que faça barulhos (os coelhos não são permitidos). Os pais também podem representar animais. O rei da floresta fica parado no meio do quintal, dentro de um círculo marcado, enquanto os outros se escondem. Então, ele ruge como um leão e os outros animais devem responder com seus sons. O rei da floresta pode dar cinco passos grandes para fora da marca, em qualquer direção. Então, quando ele rugir outra vez e os animais

responderem, tenta adivinhar quem está emitindo um dos sons. Ele diz, por exemplo: "Miguel é um porco escondido ao lado do muro". Se estiver certo, Miguel deve sentar-se dentro do círculo; todos os outros escolhem novos animais para imitar e o jogo recomeça. O último animal que for reconhecido será o novo rei da floresta.

175. CANÇÕES TOLAS

Cada participante se esconde em um lugar diferente no quintal. Um dos pais, em pé na porta traseira da casa, começa a cantar: "Esta é a mesa número um; onde está a mesa número dois?"
O pai canta: "Aqui é o papai na porta, onde está a pequena Elisa?" Elisa deve responder: "Aqui é Elisa junto à moita; onde está o irmão Paulo?" E assim por diante, cada um dizendo onde

está e chamando pelo outro. Quando todos os jogadores tiverem seus locais identificados, o pai cantará: "Aqui está o papai na porta, Elisa está na moita". Se ele acertar, Elisa é a próxima a começar a canção, ficando na porta. Entretanto, os jogadores podem trocar de lugar no escuro e, neste caso, o pai precisa começar chamando cada um outra vez. Você deve lembrar onde cada um está escondido, e precisa também de uma voz possante para cantar no escuro.

PARTE 6: DO LADO DE FORA E ET CETERA

176. HORA DE MÍMICA

Se os garotos não conhecem nada sobre mímica, leia a respeito e explique-lhes. Programe uma atividade ao ar livre (dirigir bicicleta, pique, na casa de brinquedo), mas sem falar — cada uma com mímica. Veja o quão rápido alguns sinais de mãos e do corpo identificam o que eles desejam: compartilhar um brinquedo, ser "o brinquedo", começar uma nova diversão, entrar em casa e tomar um lanche. Como alternativa, brinque de mímica dentro de casa. Veja durante quanto tempo a família consegue se comunicar sem palavras. No princípio, empregue pouco tempo para o jogo, aumentando mais tarde. Isto pode levar uma das crianças a querer ser o mímico; complete sua representação com uma máscara e luvas brancas.

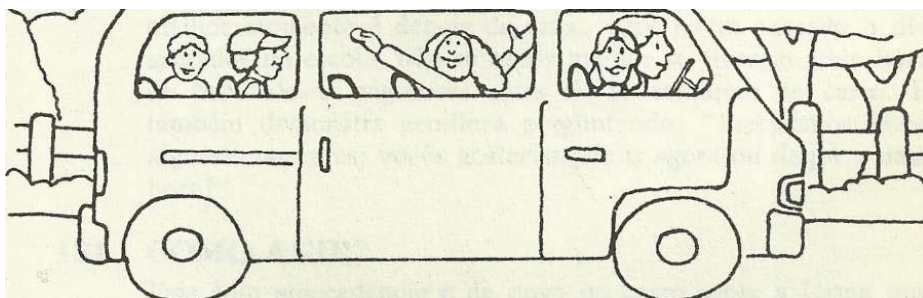
177. VIVENDO FORA DA CASA

Verifique se sua família consegue viver no quintal por vinte e quatro horas. Planeje com antecipação, somente permitindo idas ao banheiro dentro da casa. Veja quem é o mais organizado para morar no exterior. Acostume-se a viver sem os objetos que possa ter esquecido de trazer. Leve com você a comida para três refeições completas. Encha a geladeira de isopor, use equipamentos de acampar, cozinhe na churrasqueira, participe

de atividades esportivas, leia, faça jogos e durma na casa de brinquedo ou em sacos de dormir.

178. LISTA DOS DEZ MELHORES

As crianças acham que estes são os mais divertidos brinquedos para ter fora de casa: uma bicicleta, uma escada de corda, uma casa de brinquedo ou barraca, patins de roda ou *skates,* um carrinho, uma bola de basquete e a cesta, uma cama elástica (como um trampolim), um papagaio moderno, argolas de arremesso ou jogo de atirar ferradura e uma piscina inflável. Quando for presentear seu filho, considere um destes.

TRÊS
APERTEM OS CINTOS

O tempo despendido no carro com as crianças pode ser tanto uma rotina cansativa como uma divertida experiência de aprendizado. As saídas aos *shoppings,* os passeios, as visitas e pequenas excursões representam boas oportunidades para o convívio na atribulada rotina semanal. Estas ocasiões proporcionam treino para viagens mais longas de automóvel ou férias. Quando sair de carro com somente uma criança, transforme este passeio numa importante aventura para ambos.

Parte 1: Antes de partir
Parte 2: No carro
Parte 3: No supermercado
Parte 4: No restaurante
Parte 5: Fazendo uma visita
Parte 6: No caminho da escola
Parte 7: Na igreja e em outros locais silenciosos
Parte 8: No cabeleireiro ou barbeiro
Parte 9: Excursões rápidas
Parte 10: Bagagem

PARTE 1: ANTES DE PARTIR

179. EXPLIQUE ANTES!
As crianças não gostam de ser empurradas para dentro do carro e carregadas a lugares estranhos. Umas poucas frases antecipadas ajudam a tornar a saída agradável. Em vez de gritar: "Entrem no carro!", diga "Estamos correndo para a casa da vovó porque ela cortou a mão e está precisando de um pouco de ânimo" ou "O sr. Paulo virá para o jantar, e por isso temos de ir ao mercado comprar aspargos e suco de uva." As crianças, mesmo as pré-escolares, aceitam estas explicações como uma lisonja e assumem seu interesse pelas razões sobre o que está acontecendo. Além disso, sentem-se mais capazes de cooperar.

180. ESCOLHA A HORA
Para as crianças pequenas, a melhor hora para ir às compras é de manhã cedo, antes que estejam cansadas ou famintas, ou logo

após a sesta. Não arranque o nenê do berço para o carro — dê-lhe algum tempo para acordar. Para os escolares, o melhor momento é depois da aula. Após terem passado o dia sentados na escola, irão se sentir melhor se tiverem meia hora de brincadeiras vigorosas antes de se sentarem no carro. E também demonstre gentileza perguntando: "Precisamos fazer algumas compras; vocês gostariam de ir agora ou daqui a uma hora?"

181. COMO AGIR?
Fale com antecedência e de novo no carro sobre a forma que a criança deve se comportar. A criança deve perguntar à avó a respeito de sua saúde? Ela deve ficar muito quieta durante a visita? Deve beijar o avô? Se for oferecida uma refeição, deve aceitar? O que deve dizer quando for embora? O que fazer se precisar ir ao banheiro? Será que a ida ao *shopping* vai incluir uma parada na loja de brinquedos?

182. A ESTANTE DE SAÍDA
Esta constitui uma exigência para todas as casas com crianças! Providencie um balcão ou estante de bom tamanho perto da porta de entrada mais usada. Qualquer objeto que vai sair da casa é colocado na "Estante de Saída". Este lugar serve para pôr o lanche escolar ou o dinheiro para a merenda, livros escolares e desenhos, biscoitos para o encontro dos escoteiros, sapatilhas de balé e partituras de música de piano, cartas a serem enviadas, roupas para a lavanderia, o arquivo de papéis impressos para uma reunião e qualquer outro item que você tenha prometido pegar ou devolver a alguém. Deste modo, evitará uma porção de viagens extras se ensinar a seus filhos a verificarem a estante antes de saírem pela porta.

183. DOIS DEVERES

Antes de partir, aproveite este momento para um lanche e uma visita ao banheiro. Você pode levar consigo um lanche prático. Faça as crianças tomarem um suco antes de saírem e leve a garrafa do bebê. Não lhes pergunte se querem ir ao banheiro; apenas mande-as! Diga-lhes que esta talvez seja a última oportunidade. (É também uma boa ocasião para lavar as mãos e o rosto.) Se tiver hora marcada, planeje gastar quinze minutos para a tarefa de fazer todos saírem e tudo o mais.

184. POR QUANTO TEMPO?

Quando você voltará para casa? Explique às crianças se a viagem levará a tarde inteira e desta forma não sobrará tempo para brincar. Talvez alimentar o cachorro, deixar um recado para os ostros que retornarem mais cedo, e preparar um pouco do jantar sejam boas medidas *antes* de partir. Essas tarefas acabam mais rápido quando todos trabalham juntos. Às vezes a lição de

casa dada pela escola pode acompanhá-los: um livro para ler e depois relatar, soletrar as palavras e depois ser testado, um tema que precisa ser discutido.

PARTE 2: NO CARRO

PARA TODAS AS IDADES

185. PRENDENDO O CINTO

Crie uma brincadeira para usar o cinto de segurança e os bancos seguros. Comece à porta da garagem e corra para ver quem é o primeiro a ficar pronto para partir com o cinto atado.

Aplauda o vencedor. Mude as disposições das crianças nos bancos e recoloque os cintos de segurança do carro regularmente fazendo novas combinações. Torne uma rotina para os maiores ajudarem os menores. Deixem o maior (ou o menor) dar o sinal de "pé na tábua".

186. QUEM É O QUE?

Dê a cada garoto uma tarefa. Dependendo de quantos estão no carro, deixe um deles ser seu navegador, mantendo a atenção lá fora para os nomes das ruas, placas das lojas e locais para estacionar. O outro pode ser o engenheiro de segurança, vigiando o velocímetro para uma direção em velocidade segura, procurando faróis vermelhos, carros de polícia e maus motoristas, e examinando se as portas estão fechadas e os passageiros com seus cintos. Se o passeio durar mais de vinte

minutos, faça um se encarregar de dividir igualmente um pouco de lanche, distribuindo guardanapos para as mãos e depois limpando tudo. Para viagens longas, uma das crianças pode representar o diretor social, organizando jogos e outras atividades adequadas. Outra pode se encarregar das músicas ou histórias.

187. A SACOLA DE ATIVIDADES NO CARRO

Mantenha escondida debaixo do banco ou no porta-malas uma velha sacola de avião ou de transportar, que contenha brinquedos para diversão *somente* no carro. Isto dará aos brinquedos um valor especial! Reúna itens para crianças de várias idades, incluindo um livro de colorir com lápis de cor, um livro de ilustrações ou de história, bonecas e animais pequenos para um jogo em conjunto, um quadro e um lápis, pequenos brinquedos automotivos, um tabuleiro de jogos infantis e de cartas de baralho. A maioria dos brinquedos é para quando estiverem com os cintos atados, mas alguns podem ser levados à casa da vovó, usados na sala de espera do dentista, e assim por diante. A cada poucos meses, faça rodízio com novos brinquedos dentro da sacola de atividades.

188. DIVIDINDO EM COMPARTIMENTOS

Se você possuir uma caminhonete ou perua, divida-a em áreas de atividades. Talvez o bebê necessite de um lugar sossegado para sua cadeira de nenê. As brincadeiras barulhentas podem ser feitas na parte traseira do veículo. Os que estão lendo podem ficar no banco seguinte. Os que conversam podem ir junto com o motorista no banco da frente. Muitas vezes a simples separação das crianças torna a viagem mais tranqüila.

189. PENSAMENTOS RÁPIDOS

Esta é uma brincadeira onde os participantes dizem a primeira palavra que lhes vier à cabeça. O motorista começa o jogo com uma palavra como "elefante". Alguém rapidamente diz "caminhonete", e o outro responde "valise". O seguinte fala "casa do vovô", que pode ser seguido por "bolachas". É interessante observar como uma palavra leva a outra e como a última está tão distante da primeira.

190. O JOGO DA REVISTA

Leve consigo uma revista velha e deixe as crianças tirarem as páginas com ilustrações de objetos exteriores: casas, árvores, carros, flores, pássaros, animais, ônibus, peruas e prédios altos. Providencie o bastante para que cada criança fique com três ou mais. Vire as fotografias para baixo e deixe uma criança distribuir às outras. Quando o motorista disser *"Já",* elas viram

as estampas e começam a observar pela janela para ver se encontram algo que esteja em suas gravuras. Vence o primeiro que achar as suas três. Quando todas as fotos forem encontradas, vire-as para baixo, misture-as e recomece.

191. CONVERSA PARTICULAR

Se possível, leve ocasionalmente consigo apenas uma criança no carro. Ou então, deixe as outras se ocuparem entre si enquanto você fala somente com uma a seu lado. Este momento de conversa particular pode tornar-se muito precioso. Você pode aprender diversas coisas interessantes sobre seu filho quando ele está separado do grupo. Não faça perguntas; deixe-o falar, e você ouve.

192. TAGARELICE NO CARRO

Arranje um tema bem interessante pronto para discussão, algo que inclua todas as crianças. Por exemplo: "Se você fosse o prefeito, o que faria por sua cidade?" "Qual foi o melhor presente que ganhou no Natal?" "O que faremos juntos neste fim de semana?" "Qual o seu jantar favorito?" "Qual foi a melhor festa em que você esteve?" "Como você gosta que um amigo aja?" Deixe as crianças falarem o máximo possível.

193. VIAJAR CANTANDO

Veja quais as canções que seus filhos conhecem e comece por elas. Então, junte umas antigas favoritas: "Pra frente, Brasil", "Salve a Seleção", ou um hino conhecido por todos. Deixe as crianças acrescentarem músicas aprendidas na escola. Você pode comprar um livro barato de canções em lojas de música e guardá-lo no porta-luvas.

194. DE VOLTA AO LAR

Assim que chegar à sua rua, diga o que cada criança deverá levar para dentro de casa. Os pais não precisam fazer tudo! Mãos pequenas podem carregar pequenos volumes. A viagem não acaba até que o carro esteja limpo e pronto para a próxima excursão. Incentive este bom hábito à medida que as crianças crescem.

PARA CRIANÇAS MENORES

195. ALFABETO E NÚMEROS

Quando uma criança está aprendendo a conhecer as letras e os números, faça-a encontrá-los ao longo do caminho. Uma maior pode ajudá-la na brincadeira aprovando no que ela descobre. Comece com a letra A procurando nas placas de trânsito, nos carros, em cartazes ou prédios. Em seguida, passe para a letra B e prossiga por todo o alfabeto. Faça o mesmo com os números,

achando de zero a nove nas placas de licença dos veículos.

196. PALAVRAS QUE POSSO LER

Quando seu filho está começando a ler, ele sente prazer em encontrar palavras que pode reconhecer ao longo da estrada. Forneça-lhe lápis e papel para fazer uma contagem com marcas de quantas palavras ele consegue achar no percurso. Deixe-o compartilhar o total e algumas palavras com a família durante o jantar. Repita esta diversão em vários passeios e veja se a criança consegue um total maior a cada vez.

197. OLHO VIVO

O motorista precisa manter a brincadeira prosseguindo. Ele escolhe algo que possa ser visto fora do carro: um veículo com uma mancha, um garoto na calçada, uma sorveteria, uma vaca malhada de branco e preto, uma caixa de correio. A primeira pessoa a encontrar o item que você mencionou ganha a "medalha de bronze" (esta é uma forma de ajudá-la a lembrar que encontrou um objeto). Em seguida, estabeleça outro objetivo para procurarem, e assim por diante. Quando a criança vencer pela segunda vez, receberá a "medalha de prata", e pela terceira vez, a "medalha de ouro". Joguem tantas vezes quanto necessário até que todas recebam a medalha de ouro.

198. CANÇÕES E RIMAS

Você pode fazer duas coisas ao mesmo tempo: manter os olhos na estrada e ensinar canções infantis e versos a seus filhos. Entoe pacientemente uma linha por vez. Comece com "A Rosa ficou doente" ou outra música que se lembre. Deixe a criança se exibir durante o jantar, compartilhando o que aprendeu. Ofereça-se para cantar junto quando a criança for tímida.

PARA CRIANÇAS MAIORES

199. OS VIAJANTES DO ESPAÇO SIDERAL

Esta é uma variação de um velho jogo. Uma criança começa dizendo: "Estou indo para o espaço sideral e levo comigo uma arara" (ou algo que comece com a letra A). A seguinte *repete a mesma frase* e acrescenta algo que inicie com a letra B. Isto continua até que cheguem à letra Z. Você pode tornar a brincadeira mais difícil, pedindo palavras de uma categoria específica, tal como alimentos, brinquedos, ferramentas, animais ou roupas.

200. LETRAS DE PLACAS

Escolha uma categoria: nomes, alimentos, livros da biblioteca,

filmes, estados do país e árvores. Procure placas de licença com letras nos automóveis. Quando a criança vê uma letra e é a primeira a dizer corretamente a palavra da categoria, ganha um ponto. Deixe cada um gravar seus próprios pontos com honestidade, até alcançar dez pontos. Mude as categorias e jogue outra vez.

201. SOMA EM PLACAS
Comece somando os números de uma placa que dêem um total até cinco. Em seguida, procure uma cuja soma resulte de seis a dez. Depois, de onze a quinze, e assim por diante. Veja se consegue encontrar uma que somando os números chegue a um total superior a trinta.

202. QUANTOS QUILÔMETROS?
Diga às crianças quais paradas farão. Deixe que cada uma imagine o número total de quilômetros que percorrerão desde a garagem e a volta para ela. Veja quem mais se aproximou.

203. POETAS DE ENCOMENDA

Uma criança ou um dos pais inventa a primeira frase de um verso. O seguinte continua com uma linha de rima. O primeiro então continua as outras duas linhas da poesia. Alguns exemplos:

Sente-se ao meu lado / A menos que esteja resfriado. O carro corre na estrada / E é seguido por um guarda. Papai quebrou a chaleira / Quando a colocava na lareira.

204. PALAVRAS ASSOCIADAS
Uma criança começa dizendo uma palavra. A seguinte ou um dos pais deve responder com uma palavra que comece pela última letra da palavra anterior, por exemplo: zoológico, operador, reboque, escola. No início o jogo é fácil, mas torna-se mais difícil à medida que prossegue porque não são permitidas as repetições.

205. OLHAR MEDIDOR
Uma pessoa, talvez o motorista, indica um ponto distante do local onde o carro se encontra: o topo de um morro, um prédio longínquo ou um cruzamento. Cada criança rapidamente diz a quantas dezenas de quilômetros de distância ela pensa que está.
Observando o velocímetro, pode-se constatar quem calculou melhor.

206. GUIA MESTRE
Se você possuir um guia detalhado de sua cidade, deixe as crianças procurarem onde vocês estão no mapa, o ponto de destino, o caminho melhor e mais direto a seguir, e uma rota diferente para voltar para casa. Aprender a ler um guia é uma das melhores habilidades que você pode ensinar aos futuros motoristas.

PARTE 3: NO SUPERMERCADO

Provavelmente, a incumbência mais comum para pais e filhos é fazer compras no supermercado. Quando o garoto se aborrece ou fica descontrolado, ele pode começar o velho refrão "Eu quero", esperando que você se renda e compre algum brinquedo desnecessário ou um doce. Em vez disso, empregue algumas das idéias listadas abaixo a fim de tornar as compras no supermercado uma diversão educativa. Os outros compradores lhe agradecerão!

PARA CRIANÇAS MENORES

207. ANDAR/FALAR/ENCARAR

Estas constituem as Três Grandes Regras para Supermercados:
Andar — não é permitido correr ou empurrar. *Falar* — não é permitido chorar ou gritar. *Encarar* — olhe, mas não atormente pedindo coisas.
Ensine este refrão aos pré-escolares e os verá lembrando uns aos outros estas regras à medida que crescem.

208. NOMEAR UMA GRAVURA
Encoraje seus filhos a reconhecer as ilustrações e juntar palavras a elas. Existem muitas figuras no supermercado — nos enlatados, cosméticos, em papelarias e caixas de papelão. Quando as crianças aprenderem a reconhecer e denominar com exatidão algumas estampas, desenvolva está idéia dizendo: "Neste corredor nós vamos comprar suco de maçã. Vejam se conseguem encontrar a garrafa com o desenho de maçã".

209. O BRINQUEDO AMARRADO
Tente fazer compras enquanto o bebê não está cansado ou com fome, mas leve junto uma pequena garrafa com suco para o caso de precisar. Amarre um brinquedo no carrinho, deixando a corda com um tamanho curto o bastante para não arrastar pelo chão. Guarde o brinquedo na bolsa e somente ofereça-o quando o nenê se tornar mal-humorado. Conserve um pequeno brinquedo sobressalente em sua bolsa (isto desviará o desejo de seu filho de chupar as chaves do carro).

210. LANCHE ROLANTE

Uma criança pequena gostará de comer um lanche durante as compras no supermercado. No caminho, ofereça um sanduíche simples preparado em casa. No supermercado, deixe-a pegar uma banana ou outra fruta no balcão de exposição, tão logo elas tenham sido pesadas. Compre um pequeno frasco de suco para que ela beba enquanto você enche o carrinho com os itens. Procure guardar um biscoito para a viagem de volta.

211. PRÊMIOS

Quando as crianças são muito novas, deixe bem claro que o supermercado não é um passeio para comprar brinquedos e que gente que faz cenas querendo um doce ou brinquedo não consegue *nada.* Recompense o bom comportamento com uma refeição a caminho do lar quando estiver no carro ou faça algo especial ao chegar em casa. Ou então, no final das compras, deixe o garoto bem comportado escolher uma nova bolacha, o sabor de um sorvete que ele gosta ou uma fruta especial.

212. QUANTOS PACOTES?

A espera para passar as compras pelo caixa sempre aborrece as crianças pequenas; então, deixe-as adivinhar quantos pacotes são necessários para embrulhar suas compras. Peça para que contem os sacos à medida que os coloca no carrinho. O total foi maior ou menor do que as compras da semana anterior?

PARA CRIANÇAS MAIORES

213. ESTIMULANTE DE MEMÓRIA

Quando um garoto pode andar sozinho pelo supermercado, encarregue-o de buscar um certo item de sua lista. Depois, peça para pegar dois, e em seguida, três. Veja quantas mercadorias ele pode se recordar e encontrra, antes que volte para ser lembrado.

214. OS EMPURRADORES DE CARRINHO

Quando seu filho deseja empurrar o carrinho, ande à sua frente para que ele não possa escapar de você — e também, se ele for atropelar alguém, será você! Como alternativa, empurre o carrinho e deixe-o organizar os itens de forma que caiba a maior quantidade possível dentro dele. Mostre como distribuir e empilhar, colocando as mercadorias mais pesadas no fundo, objetos que possam quebrar e os frágeis no local do assento do bebê.

215. TIME DE COMPRAS

Divida a lista de compras em partes iguais e os compradores em times, incluindo você. Estabeleça um local de encontro e veja qual equipe chega primeiro, com todos os itens de sua lista. Lembre os participantes que devem andar e não correr. Não se esqueça de cumprimentar todos os ajudantes.

216. ESCOLHAS PARA O LANCHE

Para as crianças que carregam lanche à escola, é muito importante que apreciem e comam o que levam. Deixe seu filho escolher diferentes tipos de pão, novos recheios, requeijão ou iogurte, e uma variedade de sucos e frutas. Examine as possibilidades e tente novos lanches a cada semana.

217. OS MATEMÁTICOS

Quando existem várias marcas da mesma qualidade, peça para seus filhos verificarem qual é a melhor para comprar por quilo (deixem que julguem a qualidade depois). Mostre como ler o preço por unidade, se isso for viável em sua loja. Faça com que todos imaginem o total da despesa e veja quem mais se aproximou. Conhecer o preço de alimentos faz parte do desenvolvimento.

218. O ENCARREGADO DO CUPOM

Deixe os maiores fazerem rodízio para os recortes dos cupons de alimentos por um mês. Faça-os separarem em seu organizador de cupons, alertando a você sobre a data de validade. Quando elaborar a lista do supermercado, ou quando eles estiverem comprando em sua companhia, poderão arrancar os cupons por itens sendo adquiridos. Ao somar e deduzir os cupons no caixa, pague à criança dez por cento da quantia que você recuperou.

219. QUANTO DE TROCO?

Na hora de passar no caixa, deixe que uma criança fiscalize os preços que o funcionário está registrando. Se você pagar em dinheiro, deixe seu filho imaginar rapidamente o valor do troco que receberá. As crianças responsáveis podem pegar as chaves e abrir o carro e o porta-malas, preparando-o para receber a carga. Deixe-as levar o carrinho de volta se puderem fazê-lo com segurança.

220. DESCARREGAR

Alguns pais gostam de recolher por si próprios as mercadorias, mas os garotos podem ajudar a descarregar o carro, tirar as compras dos pacotes e colocá-las no balcão perto da despensa, no *freezer* ou na geladeira. Isto os auxilia a aprenderem onde as mercadorias são guardadas. Quando forem capazes de recolher

as compras, divida *o* número de sacolas entre os trabalhadores. Veja quem é o mais rápido em pegar os volumes e colo- cá-los em ordem nos seus respectivos lugares.

PARTE 4: NO RESTAURANTE

A ocasião de comer fora deveria ser um prazer para todos — inclusive para os outros clientes! Use estas idéias e mais algumas boas preparações antecipadas como as descritas na parte 1 deste capítulo.

PARA CRIANÇAS MENORES

221. DEIXE-AS FAMINTAS

Em geral, a novidade de estar em um restaurante é o suficiente para entreter a criança enquanto se encomenda a refeição. Não permita que água e salgadinhos lotem seu estômago, ou não haverá espaço nenhum para a comida. Faça disso uma regra absoluta quando as crianças são pequenas!

222. PROCURE E ACHE

Se uma criança pequena precisar de alguma atividade, jogue

"Procure e ache". Peça-lhe para achar e mostrar sua colher, seu guardanapo, ou o saleiro. Faça-a apontar para o lustre, ou as flores sobre a mesa. Diga-lhe para olhar para as outras crianças pequenas, as bandejas grandes de comida, uma pessoa limpando a mesa ou objetos fora da janela.

223. A SACOLA PEQUENA

Muita gente sai do restaurante levando para casa um pequeno pacote — para o cachorro, por exemplo. Mas você pode querer levar um pequeno embrulho *para* o restaurante para a hora em que o pequerrucho precisar de alguma distração. Deixe o saco amarrado bem forte com uma fita; isto o manterá ocupado em conseguir abri-lo. Ponha um ou dois brinquedos pequenos dentro. Depois que ele o tiver esvaziado, coloque dentro uma bolacha ou uma colher e amarre outra vez. As possibilidades são intermináveis.

224. DOIS PRATOS

Peça um prato vazio e coloque-o à frente da criança, pondo seu prato de refeição longe de seu alcance. Transfira um pouco da comida de seu prato grande e vá acrescentando mais à medida que ela come. Deste modo mantém-se a comida fresca e a criança interessada. Para fazê-la experimentar novos alimentos, coloque em seu prato grande algumas amostras. Em seguida,

transfira as porções da nova comida para seu prato pequeno quando ela estiver pronta.

PARA CRIANÇAS MAIORES

225. A COLUNA DE PREÇOS
Assim que seus filhos souberem ler, ensine-lhes a olhar o lado direito ou a coluna de preços do cardápio. Se possível, estabeleça o valor limite para a refeição que vão escolher. (Diga-lhes também que quando estiverem em dúvida, perguntem o que o anfitrião está ordenando e não peçam nada mais dispendioso que o prato dele.) Eles gostam muito mais do prato mais caro que de um mais barato? Veja se conseguem achar no cardápio o prato de preço mais baixo e mais elevado.

226. A CONTA
Enquanto todos estão fazendo o pedido, deixe as crianças tentarem mentalizar o total da conta. Verifique quem chega mais perto do valor correto. Apresente-lhes a conta e efetue a soma outra vez para se assegurar que esteja certa. Isto convém durante um jantar em família. (Diga-lhes para não fazerem esta brincadeira na presença de convidados!)

227. PORCENTAGENS
Uma boa aula de matemática consiste em deixar a criança calcular a gorjeta para você. Quanto representa 10 por cento, 15 por cento ou 20 por cento do total da conta? Mostre que 15 por cento é 10 por cento mais metade de 10 por cento.

228. O PAGADOR DA CONTA
Se o pagamento precisa ser levado à caixa registradora, mande uma criança maior fazê-lo. Antes de ir, calculem juntos o troco que deverá receber de volta.

229. NOVAS PALAVRAS
Mesmo o mais simples cardápio possui uma nova frase culinária que seus filhos podem aprender. Veja se conseguem encontrar palavras em italiano, francês, alemão, espanhol ou inglês. Use as palavras novamente durante a refeição.

PARTE 5: FAZENDO UMA VISITA

Muitas crianças sentem-se infelizes ou aborrecidas quando fazem visitas a adultos. Pode ser de grande utilidade preparar seu filho com antecedência, dizendo-lhe a finalidade e a duração da visita, e mostrar- lhe como participar.

PARA TODAS AS IDADES

230. TEMAS DE CONVERSAÇÃO

No carro, fale com cada criança sobre algo que ela possa dizer durante a visita: um acontecimento na escola, um novo brinquedo, algo que planeja realizar, um filme, um esporte ou um evento no clube. Estabeleça o hábito de pensar *previamente* nos assuntos para participar em acontecimentos sociais — uma boa idéia tanto para os pais como para os filhos.

231. OS VELHOS TEMPOS

Revistas antigas e álbuns de fotografias são interessantes para as crianças verem — em particular se incluem fotos de seus próprios pais quando jovens. Os netos devem ser encorajados a perguntar aos avós a respeito dos velhos tempos: como o mundo parecia quando eram moços, quais brincadeiras faziam, seus filmes favoritos de TV, para onde viajaram, e as novidades em roupas, música e dança. A valorização pela outra geração acrescenta uma nova perspectiva à vida da criança.

232. MINHA GAVETA

Lugares que você visita com regularidade podem se tornar mais estimulantes se o avô ou amigo instalar uma gaveta, caixa ou estante para a criança, em local distante da passagem. Ali pode-se colocar alguns itens como preparação à vinda do jovem visitante — talvez um brinquedo, uma fotografia, um jogo ou um chapéu velho — qualquer objeto engraçado de se descobrir durante a visita.

233. CASA DE SAÚDE

Estas visitas revelam-se mais difíceis para as crianças porque elas não podem ter tanta liberdade em suas atividades, e às vezes o amigo ou avô não consegue ficar de pé e andar. Fale com antecedência a respeito do hospital ou clínica de repouso para que seu filho saiba o que esperar. Se possível, deixe o avô mostrar-lhe a sala de refeições, de recreação e outros lugares acessíveis. Leve consigo papel e lápis de cor; assim, enquanto os adultos conversam, ele poderá desenhar algum objeto que viu no local. Dê um tempo para que o avô e o neto se divirtam com um jogo tal como o de damas. Pergunte o que o avô gostaria de fazer na sua próxima visita. Enfatize a necessidade de ficar quieto e bem comportado com as outras visitas ou pacientes. Dissipe qualquer medo da instituição, explicando que o parente está lá porque precisa de um cuidado especial, que a estadia será curta (se assim for), e que a equipe de auxiliares está ali a fim de

deixar mais à vontade os pacientes ou residentes.

PARA CRIANÇAS MENORES

234. PARTICIPAÇÃO

A criança fica orgulhosa quando possui algo a compartilhar. Deixe-a trazer consigo uma sacola com uma ilustração, um desenho ou um brinquedo para mostrar. Incentive-a a dar explicações de como algo funciona e em seguida deixe a avó tentar.

235. BISCOITOS E PEQUENOS PRESENTES

Uma criança pequena adora tomar parte no preparo de biscoitos, cortando-os e decorando-os. Uma fornada dupla dará provisão de um pouco para ela comer, um tanto para dividir com a família e outro tanto para compartilhar com uma amiga. Faça-a colocar um pouco numa caixa para levar ao avô. Deixe que ela conte como ajudou a fazê-los (você ficará surpreso com sua versão da receita!). Quando a criança tem um presente para um dos avós, deixe-a dar à sua maneira e no momento que achar melhor; deixe-a aproveitar a alegria da surpresa, o prazer de oferecer, a graça de embrulhar e depois observar alguém desembrulhar.

236. ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO

Se houver um gato ou cachorro na casa onde pretende visitar, fale a este respeito com antecedência. Se for um cão amigável, deixe seu filho brincar com ele, ensinar algumas travessuras, e talvez fazer-lhe um agrado. Ensine-o a respeitar, amar e a não maltratar o animal. Sem amedrontar, aponte medidas de segurança ao lidar com cães estranhos e os sinais de perigo que os cachorros e gatos demonstram quando se tornam irritados. A diversão de brincar com os animais de estimação de outras pessoas ajuda uma criança a se decidir sobre qual escolherá, quando chegar a ocasião.

PARA CRIANÇAS MAIORES

237. FLORES E ERVAS

Antes de fazer uma visita, deixe seu filho colher flores simples, ervas silvestres ou ramos. Então, peça para que monte um arranjo em casa para enfeitar um vaso. As avós gostam muito

deste carinho. Se ele for capaz de dizer o nome das flores e onde as conseguiu, será um bom tema para conversação.

238. EXIBIÇÃO

Como uma espécie de estímulo, pode-se permitir que as crianças exibam seus talentos: cantar, tocar piano, um novo passo de dança, uma roupa nova ou feita por elas, ler em voz alta, dominar uma lista de palavras difíceis. Os avós em geral ficam orgulhosos das habilidades de seus netos; assim, deixe-os brilhar.

239. BONS ATOS

Inicie o hábito de ter seus filhos perguntando: "O que posso fazer por você, vovô?" As crianças gostam de ficar ocupadas e podem realizar algumas tarefas como carregar os pratos, trocar uma lâmpada, enfiar agulhas, empilhar jornais, varrer a calçada ou construir uma prateleira simples.

240. SEM COZINHAR

Com muita freqüência os avós sentem que precisam fazer um esforço para oferecer uma grande refeição. Eventualmente, deixe as crianças cozinharem o jantar na casa da avó. Leve os ingredientes ou pare no caminho em uma *delicatessen* ou casa de comidas preparadas. Deixe também que as crianças façam a limpeza.

PARTE 6: NO CAMINHO DA ESCOLA

Muitas vezes, os pais de família de uma vizinhança fazem um acordo para levarem por revezamento em seus automóveis seus filhos para o colégio. A partida para a escola deve ser alegre e com acenos — sem recomendações de bom comportamento e sem repreensões. Envie as crianças desejando um ótimo diat De volta para casa, de tarde, você aprenderá muito se apenas escutá-las.

PARA CRIANÇAS MENORES

241. CUMPRIMENTOS

Ao levar outros garotos do bairro para a escola, ajude as crianças a aprenderem os nomes de cada uma e a cumprimentarem-se entre si. A cada uma que entrar no carro, deixe que os outros dêem um vibrante "Alô, Nicolas!" Faça o mesmo com o até logo, quando descerem do veículo, de volta ao lar.

242. ACENOS
Ensine seus filhos a animarem outras pessoas na rua acenando para elas. Os passantes ficarão admirados, mas gostarão. Veja se as crianças que estão no carro conseguem alguém que acene de volta.
243. SEM BRIGA!
A correria para sair do carro pode se tornar agradável se você selecionar uma cor diferente para cada dia da semana e disser: "Todos que estão usando a cor roxa, saem primeiro hoje". Ou então, fale: "Se você tiver um *A* no nome, sairá por último".

244. O QUE SOBROU?
Inaugure o sistema de que o último a sair examine os bancos e o chão do veículo procurando livros, brinquedos e outros objetos esquecidos. Faça muitos elogios a quem encontrar algo que restou.

PARA CRIANÇAS MAIORES

245. QUEM ESTÁ ENCARREGADO?
Com a colaboração das crianças, procure saber quem é o mais velho na perua escolar. Deixe-o ter privilégios especiais: sentar-se no banco traseiro, assegurar-se de que todos trouxeram os livros e lanches, e controlar o barulho. Na semana seguinte, faça o mesmo com o segundo mais velho, e assim por diante, até que eventualmente cada um tenha sua vez.

246. O METEOROLOGISTA
Como estará o tempo no fim do dia escolar? Deixe cada criança dar seu palpite e, depois da aula, veja quem acertou.

247. CRIANÇAS QUE PERGUNTAM
Para manter os garotos falando, diga-lhes que podem fazer qualquer pergunta que quiserem, e você tentará responder. Veja se conseguem confundi-lo. Aquele que conseguir será o próximo interrogado.

248. O MOTORISTA ESCUTA
À medida que as crianças crescem, o percurso desde a escola para casa será tomado pela conversa entre as crianças. Apenas fique em sintonia; você se surpreenderá e até se alegrará com o que ouvir! Talvez deseje discutir alguns destes assuntos mais adiante com seu próprio filho.

PARTE 7:
NA IGREJA E EM OUTROS LOCAIS SILENCIOSOS

Existem algumas ocasiões em que as crianças precisam se adequar ao comportamento dos adultos e serem vistas e não ouvidas. Olhar as pessoas ao redor e os novos ambientes ocupará a criança por alguns momentos. E, é claro, você espera que ela ouça e aprenda. Mas às vezes você terá que ser engenhoso! Mesmo tendo conversado antes sobre esta experiência, talvez precise de idéias criativas para manter seu filho ocupado, quieto e satisfeito.

249. O CADERNO DE NOTAS

Quando necessário, forneça um pequeno caderno de notas e um lápis. Se a criança se cansar de desenhar nele, brinque de "macaquinho". Você desenha um *X, O* ou outros símbolos simples em uma página. A criança tenta copiar várias vezes na folha. Então, dê-lhe um mais difícil — talvez um triângulo, o número oito ou uma casa simples.

250. LÁ, LÁ, LÁ

É muito difícil ficar quieto; então, encoraje seu filho a emitir sons na hora em que os outros estiverem cantando. Se ele não consegue ler palavras ou músicas, diga-lhe para tentar "lá, lá, lá". Isto gastará um pouco de sua energia, e ele ficará mais quieto quando você se sentar outra vez.

251. LINGUAGEM MANUAL

Ensine à criança cinco sinais simples para serem usados na igreja. Um dedo nos lábios significa não falar; as mãos juntas quer dizer rezar; um aceno com o dedo indica para se curvar e prestar atenção em você; o sinal OK mostra que está satisfeito com o que a criança está fazendo; e os cinco dedos avisam que o serviço religioso está acabando.

252. ACHE O NÚMERO

Quando tudo o mais falhar, promova o jogo do livro de orações, ou deixe um maior brincar com o menor. Abra seu livro de orações ao acaso. As crianças em ambos os seus lados olham o número de sua página e, rapidamente e quietas, viram suas páginas até encontrarem a igual à sua. Marque pontos para quem achou primeiro.

253. UMA BOA IDÉIA

Na igreja ou em outras reuniões, talvez haja oradores que não se dirijam às crianças. No entanto, pode-se pedir a elas que

prestem atenção até ouvirem uma boa idéia que possam compartilhar mais tarde. Até cerca de sete anos isto deve se tornar uma exigência. Você verá que quando um garoto escuta com a obrigação de se lembrar, ele quase sempre ouve por longos períodos de tempo.

254. CUMPRIMENTOS

Depois, elogie o bom comportamento! Eventualmente, compense com um convite, tal como uma parada no parque ou ir dormir dez minutos mais tarde. E não deixe de perguntar à criança como você se portou como pai. Se você prestou atenção, compartilhe algo que aprendeu.

PARTE 8: NO CABELEIREIRO OU BARBEIRO

Esta pode constituir uma experiência assustadora para as crianças menores e uma tarefa aborrecida para o profissional e outros clientes na barbearia ou cabeleireiro. Tente estas idéias para contornar este problema habitual.

255. A PREPARAÇÃO

Antes de ir à barbearia ou salão de beleza, em especial na primeira vez, prepare a criança construindo uma imagem do profissional. Diga: "Assim como o piloto sabe como pilotar o avião e o carteiro conhece tudo a respeito de correspondência, o barbeiro sabe tudo sobre cortar o cabelo!" Comente que ela ficará mais bonita depois de cortar o cabelo.

256. ISSO DÓI?

Muitas crianças pensam que cortar algo de suas cabeças irá machucá-las, como quando fazem um corte no dedo. Elas sabem que a tesoura é cortante! Você pode mostrar-lhes que isto não acontece cortando um pequeno pedaço de seu próprio cabelo (ou corte um pouco do cabelo do outro irmão ou do pêlo do cachorro). Avise, porém, que haverá punições se cortarem seus cabelos sozinhas!

257. MÃOS OCUPADAS

Quando acomodado na cadeira do barbeiro, forneça a seu filho algo para segurar; desta maneira, com as mãos ocupadas ele sente que está participando. Talvez ele queira que seu ursinho de pelúcia veja seu cabelo ser cortado. Ou então, deixe-o segurar um dos grampos de prender o cabelo ou um espelho grande. Mostre como ele pode ver atrás de sua cabeça. Ajudará muito se você ficar de pé à sua frente, sorrir e conversar (ficar de um lado pode resultar num corte desigual).

258. HORA DE HISTÓRIA

Em casa, antes de sair, comece a leitura de um livro curto para a

criança. Leve o livro consigo e termine a história durante o corte. Isto provavelmente constitui melhor literatura que a disponível no salão, e o desejo de ouvir o resto da história pode pôr fim a qualquer choro.

259. TIRE UMA FOTO

Quando o corte estiver terminado, tire um instantâneo para o álbum de fotografias. Deixe que o garoto conte durante o jantar apenas como se sente em ter o cabelo cortado. Isto é especialmente útil se a criança possui um irmão ou irmã menores que serão os próximos a irem para o cabeleireiro ou barbeiro.

PARTE 9: EXCURSÕES RÁPIDAS

260. SAIA A PASSEIO

O destino não importa! Deixe seu filho escolher se prefere ir de ônibus, metrô, trem, carro ou barco. Aproveite a paisagem e os sons; leia os anúncios nas paredes; observe as pessoas e imagine o que fazem e para onde se dirigem. Pare e visite um novo vizinho antes de voltar para casa.

261. NA CASA DE PLANTAS

Quando comprar plantas para seu jardim, deixe a criança escolher uma de crescimento fácil, tal como o amor-perfeito ou a petúnia. Faça-a decidir o lugar onde irá crescer. Quando ficar

maior, ela pode selecionar mais exemplares, até que possua seu próprio jardim para cuidar.

262. MUSEU RÁPIDO

Em vez de despender um longo tempo num museu, faça paradas rápidas e freqüentes a um museu público. Deste modo, eles não se tornarão aborrecidos ou forçados. Se conveniente, dê uma parada no museu após uma ida ao dentista, supermercado, ou outro passeio de rotina. Verifique se em sua cidade existe um museu infantil ou um museu de ciências com exposições dirigidas à participação de crianças.

263. O AEROPORTO MINÚSCULO

Sem precisar ir ao atribulado complexo aeroviário, procure um bom local de parada na estrada com vista para a pista de um pequeno aeroporto. Observe as decolagens e aterrissagens. Escolha seus aviões favoritos, o maior, o menor, e assim por diante. Veja se as aterrissagens são suaves ou turbulentas. Conte quantas aterrissagens ocorrem em quinze minutos.

264. CASTELO DE AREIA
Não importa se a água ou o tempo estão frios; é divertido ir à praia. Vista-se de acordo e leve consigo alguns brinquedos para areia e um pouco de pão. Construa castelos de areia e canais. Depois, faça um passeio e dê pão aos pássaros da praia. Recolha conchas e procure caranguejos de areia. Leve junto uma garrafa térmica com chocolate quente.

265. ANCORADOURO DE BARCOS .
Passeie ao longo dos barcos e leia os nomes. Ache o nome mais engraçado, o menor barco, o maior, o mais velho e o mais interessante. Decida qual gostaria de possuir "um dia". Procure barcos onde moram pessoas, ou barcos de esqui, barcos para festas, barcos com finalidades comerciais, e navios militares. Conte as gaivotas.

266. LANÇAMENTOS
Telefone para o serviço de informações de uma base naval ou um construtor naval, e pergunte a data do próximo lançamento. Procure saber se o público será bem recebido. Se assim for, participe de um lançamento de verdade. Descubra para onde o navio se dirige, a finalidade de sua viagem e qual distância percorrerá. Depois, verifique no jornal se o evento teve cobertura. Guarde a história para o álbum de recortes da família.

267. LOJA DE ECONOMIA
Nos armários da família, selecione alguma roupa que ainda possa ser usada mas que você não precisa mais. Leve-a para uma loja de artigos usados e doe. Olhe para as espantosas barganhas. Veja quem encontra a peça mais interessante para adquirir. Este é um bom lugar para comprar fantasias. Os adolescentes podem achar um trabalho como voluntários.

268. GARAGEM DE SALDOS
O bazar de caridade da igreja pode ser divertido para as crianças que conhecem esta regra: se quebrar algo, você terá que comprá-lo. Deixe seus filhos escolherem maravilhosas roupas de festa para o baú de trajes de casa. As crianças se entretém em procurar roupas e brinquedos dentro de seus esticados orçamentos. Pense a respeito de montar seu próprio bazar de pechinchas junto com uma família vizinha. Se fizer isso, recrute os serviços dos garotos e dê-lhes uma porcentagem de seus lucros.

269. DELEGACIA E CORPO DE BOMBEIROS
Antes, dê um telefonema para saber se vocês serão bem recebidos. Então, deixe seu filho convidar algum amigo para

irem e constatarem como estes auxiliares trabalham a fim de tornar nossa vida mais segura. Procure saber pelo menos o nome de um bombeiro ou policial, para que possam mandar- lhe um cartão de Natal. As crianças podem querer fazer biscoitos para os funcionários. Escreva um bilhete de agradecimento pela visita.

270. ACIMA NO AR

Consulte as páginas amarelas para descobrir um local que forneça instruções de vôo, flutuar com planador, asa-delta, e pára-quedismo. Observar estas atividades pode ser muito emocionante, e às vezes os participantes ficarão felizes em conversar com seus filhos. Vá e veja um balão de ar quente decolar. Pense se a família gostaria de dirigir um balão destes algum dia.

PARA CRIANÇAS MENORES

271. CENTROS COMERCIAIS

Como os *shoppings* estão ficando cada vez maiores, planeje seu passeio com algumas paradas ao longo do caminho. Sente- se em um banco para olhar as pessoas ou pare e tome um suco de laranja. Faça perguntas: "Quantos bebês você está vendo?" "Quantas lojas de calçados têm aqui?" "O que você está vendo de cor amarela?" "Se fosse Natal, o que você compraria?"

272. NO PROVADOR

É difícil comprar suas roupas quando a criança está presente, mas se tiver de fazê-lo, prepare-se para o tempo em que estiver no provador. Surpreenda seu filho com um pequeno saco de brinquedos que trouxe de casa: um ioiô, um livro, um animal de dar corda, papel e lápis coloridos. Também peça sua opinião para dizer a cor que ele mais gostou — e mesmo qual roupa prefere.

273. NO CINEMA

Quando chegar o momento de uma criança pequena ir ao cinema pela primeira vez, pratique em casa assistindo um filme na TV. Diga a ela que vai demorar, e que as idas ao banheiro não são convenientes, que haverá lanches limitados e que não se deve conversar. Procure com antecedência saber algo sobre o filme e fale a respeito. Ajude a criança a manter o interesse chamando-lhe a atenção sobre animais, personagens vilões ou cômicos. Mais tarde, comente o filme, contando outra vez as partes boas.

PARTE 10: BAGAGEM

A alegria de viajar aumenta quando se combinam antecipação e organização, junto com versatilidade. (Leia também sobre as idéias no carro na parte 2 deste capítulo).

274. VISITA A AGÊNCIA DE TURISMO

Os pais devem visitar uma agência de turismo e examinar os folhetos antes de decidirem onde passarão as férias. Procurem itens que interessem às crianças. Levem para casa folhetos de possíveis locais e conversem a respeito. Então, escolham entre as montanhas, cidades, a praia, e se irão de avião, trem, ônibus, ou carro.

275. A LISTA DE BAGAGEM

Elabore uma lista simples do conteúdo na mala da criança. Coloque-a no bolso da maleta ou em sua mochila. Depois de uma parada, as crianças podem verificar a lista para conferirem se tudo foi guardado. Os itens mais comumente esquecidos são sapatos embaixo da cama, roupas no gancho atrás da porta, objetos deixados na prateleira da banheira e roupas misturadas com as roupas de cama. Transforme isto em um jogo para ver quem consegue encontrar um item que alguém da família estava deixando para trás.

276. PERITOS EM CÂMERAS FOTOGRÁFICAS

Revela-se muito útil quando várias pessoas da família são capazes de lidar com uma máquina fotográfica. As crianças menores podem dividir uma câmera barata na viagem. Antes da partida, deixe as crianças gastarem um rolo de filme para testarem suas habilidades. Mostre-lhes o que fez algumas fotos

saírem boas e o que poderia tornar algumas melhores. Explique aos maiores os pontos delicados de sua própria máquina. Procure nos folhetos de viagem e livros fotográficos com lindas paisagens para obter sugestões sobre o que fazer para tirar boas fotos,

É importante saber como tirar fotografias em viagens. Ensine a seu filho como segurar a câmera (correta e firme), como determinar a exposição e a distância do objeto, como compor uma fotografia interessante (centralizar o objeto, perto o suficiente para captar o detalhe, emoldurado por um galho de árvore ou um batente de porta), como lidar com o brilho do sol (ter o sol atrás e iluminando o objeto), e a importância de pensar por apenas um minuto sobre o que se está fotografando. Muitas vezes, vemos uma paisagem de dentro do carro, avião ou trem e tiramos um instantâneo, e depois ficamos desapontados com o resultado. Discuta sobre as técnicas adequadas para tirar fotos "voando" e através da janela, e explique que algumas vezes um bom cenário pode não dar bons resultados; assim, é melhor

economizar o filme.
Durante a viagem certifique-se de que algumas fotos incluam todas as pessoas da família — em especial o fotógrafo, que geralmente fica de fora. Quando voltarem para casa, compartilhem as fotos, depois preguem as melhores no quadro de avisos antes de colocá-las num álbum.

277. CRÉDITO EXTRA
Antes de partir, fale a respeito da viagem com seu filho e, se ele estiver interessado, conversem juntos com seu professor para verem qual parte da viagem pode associar-se ao trabalho escolar ou servir como um projeto de crédito extra. Com isso em mente, ajude a criança a reunir idéias e material para sua apresentação. Instantâneos, cartões postais, folhetos históricos, um jornal ou caderno de anotações, artefatos e lembranças podem servir para formar um interessante relatório. Mas a descrição não se trata apenas de uma coleção de situações; as observações do próprio estudante é que contam. Na viagem, durante a refeição, incentive as outras pessoas da família a contribuírem com idéias que ele possa incluir. Lembre-se que o projeto pode ser um relatório oral ou escrito, ou talvez uma narração encenada por estudantes. Encoraje-o a trabalhar no projeto por toda a viagem, porque esta não constitui uma tarefa para se terminar em casa.

278. A MALA DE VIAGEM
Prepare a mala com os objetos essenciais para a viagem: lenços para mãos, um saco plástico para lixo, pequenos lanches rápidos, guardanapos, um baralho, brinquedos pequenos ou livros, bandejas pequenas para colocar o lanche ou brincar, um lápis e papel, uma lanterna, um estojo de primeiros socorros, etiquetas adesivas com endereços para cartões postais, selos, números de telefones úteis, guias e, se necessário, um livro de frases em outro idioma.

279. MANTENDO A PAZ N.° 1
Às vezes os ânimos ficam exaltados em uma viagem longa e com freqüência os garotos apelam aos pais sobre seus assuntos.
Designe uma criança como pacificador oficial. Todas as desavenças se submeterão a sua arbitragem. A cada hora troque o encargo de mediador. É uma boa prática deixar seus filhos se entenderem por si próprios sabendo que cada um se encarregará da pacificação.

280. MANTENDO A PAZ N.° 2
Quando a viagem é longa, estabeleça um período para queixas. Providencie uma pequena caixa ou envelope. As queixas devem ser escritas (você terá que escrevê-las para os não

alfabetizados). Considere-as com seriedade e veja quantas pode resolver. Felizmente, elas aparecerão em menor número a cada dia, porque as crianças aprenderão a se comportar melhor para evitar uma sessão de reclamações quando existem coisas melhores a fazer.

281. NO AVIÃO

Traga uma sacola de vôo ou uma maleta previamente acondicionada com brinquedos pequenos e baratos embrulhados. Deixe a criança escolher um para abrir a cada evento desta lista: na decolagem, ao sinal de retirar os cintos de segurança, quando servirem o suco, ao terminar o lanche, depois de jogada uma partida, lido um livro, alguns itens vistos no solo (fazenda, lago ou rio, um edifício alto ou uma rodovia).

282. NO NAVIO

Assim que possível, dê um passeio em volta do navio todo. Deixe as crianças saberem onde têm permissão para ir, onde será perigoso e onde as perguntas podem ser respondidas. Planeje tomar o café da manhã e o jantar juntos todos os dias; deixe os garotos maiores fazerem o almoço sozinhos. Assinale os jogos matinais. Elabore diariamente as competições de malha. Permita que os maiores assistam os *shows* e filmes, mesmo que você não os veja. Descubra se existe um programa para os jovens e insista para que os garotos pelo menos tentem participar. Antes de sair de casa, pense em levar algumas roupas mais sociais, se o itinerário incluir uma noite de festa. Certifique-se de tomar parte em todas as cenas atrás dos bastidores do navio. Esteja com seus filhos em algumas partidas e atrações do navio a fim de ressaltar os itens que eles devem

observar.

283. NO TREM

Permita que as crianças responsáveis andem por certos lugares no trem. Dê-lhes uma sugestão para que tomem uma refeição sozinhos uma vez e explique como pagá-la. Faça com que durmam em turnos no beliche superior. Tome um chuveiro e constate que experiência extravagante! Quando houver uma longa parada na estação, desçam juntos e vejam as novidades. Compre cartões postais e os envie pelo correio na parada seguinte, Levante cedo e olhem juntos o nascer do Sol. Se a viagem for monótona, leve alguns baralhos e jogos de mesa ou ensine a criança a tricotar.

284. NO HOTEL

Atribua uma especialização a cada um. Isto inclui verificar as atividades de recreação, perguntar no balcão sobre cinemas e restaurantes da redondeza, e fazer a distribuição dos leitos.

Troque as escolhas na noite seguinte. Procure nas gavetas cartões postais gratuitos e proponha enviá-los ou colocá-los no caderno de anotações de viagem. Seja firme a respeito de não tirar nada dos hotéis, exceto aqueles objetos destinados a seu uso, como sabonetes e xampus. Se a estadia no hotel for confortável, peça-lhes uma lista de filiais em outras localidades.

285. O REPÓRTER AMBULANTE

Leve consigo uma cola em bastão ou em pasta e um caderno grande e de colorido forte com as páginas rotuladas para cada dia de viagem. Faça revezamentos para ser o "repórter do dia": a pessoa que descreve as paisagens, cola os canhotos das passagens, cartões postais, coloca molduras, e assim por diante, Não critique os erros de linguagem ou a falta de capricho — apenas deixe o escritor contar o que aconteceu naquele dia.

286. "SE EU MORASSE AQUI"

Pare em uma cidade pequena. Faça de conta que a família se mudou para lá. Conversem sobre o local como se o conhecessem: "Esta é a casa onde eu moro." (Cada um escolhe uma diferente.) "Esta é a escola que freqüento." "Aqui é o lugar onde brinco." "Este é meu local de trabalho." "Esta é a loja onde compro os sapatos." Olhar para uma cidade sob esta perspectiva pode ser mais divertido do que apenas passar guiando pela rodovia. Quando alguém diz: "Aqui é o lugar onde almoço", pare e coma um sanduíche ou um sorvete. Pergunte ao dono da lanchonete o que há de especial a respeito da cidade e confira sua sugestão antes de continuar a viagem. Compre um cartão postal para lembrar-se da cidade que você adotou como sua.

287. HORA DE DESCANSO

Viajar é cansativo e tanto as crianças como os pais precisam de algum descanso ao longo do caminho. Mas escolha os momentos certos para repousar: quando estiver enfrentando um trecho aborrecido da estrada, voando entre as nuvens, ou num trecho enfadonho de ferrovia. Existem horas para estar bem desperto a fim de ver e captar tudo. Uma criança poderá insistir em dormir num ponto importante da viagem. Os pais devem dar o bom exemplo determinando a hora certa para uma soneca. Mostre à criança como se ajeitar, ficar confortável, tirar os sapatos, fechar os olhos (talvez usar um protetor de olhos), relaxar de verdade e adormecer.

288. MUDANÇA DE RITMO

Às vezes uma viagem de carro ocorre tão depressa que a família precisa de um pequeno tempo para uma atividade tranqüila. Leve consigo algum equipamento de pesca e conheça a lei da

área em que está. Saia da estrada e encontre um riacho ou um rio. Vá pescar! Aqueles não interessados podem passear ao longo da margem, conversar, comer, descansar ou ler. Você estará repousado quando voltar à estrada.

289. O MAPA MISTERIOSO

Em um pedaço grande de papel, faça um mapa mostrando algumas cidades e locais ao longo da rota daquele dia. Ou então, use um mapa extra do território. Coloque a letra *M* (para Local Misterioso) num círculo a vários locais ao longo da estrada. Isto dará às crianças um interesse em seguir o mapa e as marcas de estrada. Quando notarem que chegaram ao "Local Misterioso", compartilhem o "mistério": uma parada para ver algo interessante ou a oportunidade de brincar num parque, comer uma maçã ou outra guloseima, um novo brinquedo ou jogo apropriado para diversão no carro.

290. O NAVEGADOR

Explique como lidar com o mapa, como abrir e fechar de modo adequado, onde fica o norte e como se orientar, como segurar o mapa na mesma direção em que o veículo se dirige, e como ler os números de marcação da estrada, indicadores de quilometragem e lugares de interesse. Muitos mapas demonstram os pontos ao longo das rotas, e uma criança pode se encarregar de ler as referências em voz alta.

291. CONVERSA AMENA

A família deverá ter muitas refeições em comum durante a viagem. Deixe cada criança praticar a importante arte da conversação escolhendo temas em que todos participem e

estando preparada a narrar algo por si própria. Alguns tópicos de que todos gostam são: "Qual foi a coisa mais antiga que vimos nesta viagem?" "Qual foi a nossa melhor refeição nesta viagem?" "Qual o melhor hotel?" "Qual foi o ponto mais alto para você?" "Qual a coisa mais estranha que aprendemos?" "Qual comida nova descobrimos?" "Quem a gente conhece que gostaria desta viagem?"

292. NOITE DE RECORDAÇÕES

De volta para casa, no jantar, deixe cada um dizer sua lembrança favorita da viagem. Você ficará surpreso com as recordações que permanecem! Decida quais lugares devem rever. Conversem sobre as pessoas as quais recomendarão esta viagem. Compare esta viagem com outras. Vejam fotos ou *slides.* Deixe uma pessoa elaborar uma lista de lembranças favoritas, para serem incluídas no livro de recortes.

293. LIVRO DE RECORTES
Quando os últimos itens forem colados no livro de recortes, deixe cada um reviver a viagem, e depois assinar seus nomes na última folha. Não deixe de incluir as fotos. Coloque o livro de recortes na sala de estar onde os parentes e amigos também possam desfrutar.

QUATRO
A TURMA TODA AQUI!

Uma criança se desenvolve tanto fisicamente como em habilidades sociais participando de aulas e atividades em grupo. Estas idéias apresentam os jovens às alegrias da realização e boa esportividade, ajudando ao mesmo tempo a compreenderem que a derrota num jogo ou um erro cometido num recital, não é o fim do mundo!

Parte 1: Atividades esportivas

Parte 2: Clubes organizados

Parte 3: A turma em sua casa

Parte 4: Aulas de música

Parte 5: Saída para o campo

PARTE l: ATIVIDADES ESPORTIVAS

Não inicie seus filhos em esportes organizados quando ainda forem muito novos. Pode ser elegante ter uma criança uniformizada, mas a realização de jogos externos desestruturados também ensina lições valiosas. Nos esportes organizados, gasta-se grande parte do tempo com observação; deste modo, é tão importante saber olhar como saber jogar.

PARA CRIANÇAS MENORES

294. ESPORTE INFANTIL

Deixe que o esporte faça parte das atividades diárias. Com a ajuda da criança, escreva uma lista de esportes e coloque-a no quadro de avisos. Veja quantos você pode testar em um mês. Para os menores pode-se incluir: arremesso de argola, atirar e buscar, ginástica, natação, escalada e ciclismo. Pratique em casa. Faça uma balança simples de braços, providencie um colchão para saltos ou uma armação de canos para subir. Deixe seu filho praticar atirar bolas de tênis na porta da garagem, jogar bolas numa cesta baixa, balançar um bastão, e jogar uma bola amarrada. Nesta idade, torne isso um divertimento e não um trabalho.

295. O ESPECTADOR

Comece quando as crianças são novas para participarem como espectadores nos esportes que ainda não tenham condições de jogar. Compre uma revista de esportes, recorte ilustrações de várias modalidades e coloque-as no quadro de avisos. Vá a eventos esportivos de uma escola secundária local. Bola ao cesto, futebol de salão, handebol e voleibol constituem bons esportes rápidos para assistir, um pouco mais interessantes para as crianças menores do que o tênis ou o futebol de campo.

296. O BOM OBSERVADOR

Quando a criança assiste uma partida pela primeira vez, explique de modo simples o objetivo do jogo, e mostre-lhe quando gritar, aplaudir ou bater os pés por seu time. Leve consigo uma almofada grossa para que ela tenha uma boa visão dos movimentos. Ensine a marcação e deixe-a acompanhar o escore a cada momento. Incentive-a a fazer perguntas. Recompense o bom comportamento com uma ida à lanchonete no intervalo. Depois do jogo, converse a respeito para saber o que ela aprendeu e se gostaria de assistir uma outra partida.

297. O OBSERVADOR ABORRECIDO

Quando a criança começar a se cansar do jogo, desperte seu interesse chamando a atenção sobre certas jogadas e pedindo-lhe que fale a respeito; por exemplo, no basquete, quando a bola gira em volta do aro da cesta, quando o lançador atira do ponto de partida para segurar o corredor, quando o passador lança a bola de longa distância, ou quando um jogador sai. Dê-lhe um pequeno bloco de papel e um lápis para que desenhe imagens do jogo ou dos jogadores.

298. O OBSERVADOR SONOLENTO
Quando as partidas demoram muito, jogue "Você pode encontrar isto?". Faça o garoto procurar o jogador vestido de verde, um espectador de vermelho, um bebê, um relógio, um anúncio com fotografia de alimento, e assim por diante. Peça para que anote no bloco quantos destes ele pode achar. Dê uma moeda de gratificação por ter encontrado dez, vinte ou trinta pessoas ou itens.

299. O PARTICIPANTE
Antes que uma criança pequena se inscreva num time, deixe-a ver o jogo umas poucas vezes para observar que alguns membros do time ficam sentados na linha lateral, alguns jogam, outros ficam sujos e alguns caem. Depois de assistir a partida, fale sobre o esporte e as habilidades que ela terá de aprender. Converse sobre segurança no campo de jogo, a necessidade de usar o equipamento de proteção correto, o modo com que o árbitro observa as infrações, e outros tópicos de segurança. Certifique-se de que ela esteja ansiosa para participar do jogo e não apenas para usar o uniforme. Somente quando a criança tem certeza de que aquele é o esporte de seu interesse, pode se inscrever no time. Depois, vá a competição, anime-a e tire fotos para o álbum de família, compartilhando com os parentes.

300. É APENAS UM JOGO!
Perder é difícil, mas comemore do mesmo modo. Em especial depois de uma grande derrota, cumprimente os jogadores onde atuaram bem. Os campeões não vencem sempre; por isso, celebre o esportista na barraca de sorvetes, no carro e de volta ao lar. Seu filho aprecia e respeita os outros jogadores? Ele sente que é um bom jogador no time? O que precisa praticar mais para melhorar? Fale a respeito de bons jogadores de times, da contagem e de todo o esforço e exercício que o esporte

envolve.

301. ESCOLHA UM TIME
Selecione para seu filho uma equipe de escola secundária, talvez uma onde jogue um irmão mais velho ou um vizinho, e torne-se um fã assíduo. Aprenda sobre o jogo, a torcida e os membros do time. (Veja também se pode assistir algum esporte menos divulgado: natação, luta romana, arqueria.) Fale sobre a possibilidade de visitar o vestiário e encontrar alguns jogadores. Leia os avisos das competições no jornal local. Coloque fotografias dos jogos que saem no jornal no quadro de avisos. Pense em comprar uma flâmula ou uma camiseta do time.

PARA CRIANÇAS MAIORES

302. BOLICHE

Vá a uma cancha de boliche e observe uma boa partida. Deixe cada criança escolher uma equipe e torcer por ela. Pondere se este esporte irá agradar a todos da família. Pergunte se existem bolas e sapatos disponíveis também para crianças pequenas. Quando lançar a bola pela primeira vez, jogue apenas uma ou duas partidas. Se tiver um jogador experiente de boliche à disposição, deixe-o executar alguns lances antes que você comece a jogar. Leve para casa o papel marcador. Planeje jogar novamente dentro de uma semana e veja como o escore melhorará. Pratique a maneira certa de segurar e lançar a bola, quais passos deve dar, e manobras especiais para atingir determinados pinos do boliche. Alguns destes treinos podem ser feitos em casa em um chão liso e com uma bola macia como preparo para o boliche.

303. SOBRE A LINHA

Este jogo assemelha-se ao beisebol, exceto pelas bases do quadrilátero. Você precisa apenas de quatro ou mais jogadores, uma bola macia, um bastão e um *playground* ou parque. Garotos de todas as idades podem jogar juntos. Os maiores podem disputar com os mais jovens ou menos atléticos, ou pode haver, por exemplo, dois adolescentes de um lado e cinco garotos pequenos do outro.

Com o salto do sapato, desenhe uma linha na areia de uma terceira base imaginária para a segunda base e dela para o centro do campo. Desenhe também uma linha de rede ou utilize uma cerca. Decida previamente quantos turnos você quer jogar. Cada time na defesa fornece seu próprio lançador. Cada batedor com a mão abaixo do nível dos ombros pode lançar três vezes para tentar acertar a bola sobre a linha, e fica com o bastão até que erre. Se a bola cair sobre a linha, e não for pega, é um ponto de

base. Se for apanhada durante o arremesso além da linha ou bater no solo em frente à linha, é um erro. Os jogadores da defesa devem ficar atrás da linha para pegar a bola. (Alcançar a bola sobre a linha significa um acerto automático.) Todos devem lembrar em qual das bases os corredores imaginários estão, pois, para marcar um ponto é preciso haver quatro tacadas ou dar um golpe que permite ao batedor completar o circuito das bases. Depois de aprendido o jogo, você pode instituir duplas ou triplas, ou fazer qualquer variação de regra que desejar.

304. SKATES

Exija precauções de segurança, incluindo capacetes, joelheiras e cotoveleiras, quando as crianças adotarem este esporte popular. Quando existem diversos competidores, planeje uma disputa

entre a vizinhança com pontos para vários eventos: um trajeto difícil, manobras especiais, uma corrida sobre uma rua reta. Recompense com uma placa feita em casa e mantenha a competição a cada mês.

305. ROUBANDO VARAS

Você precisa de quatro ou mais jogadores e dez varas, cinco pintadas ou amarradas com barbante para diferenciá-las daquelas do outro time. Divida os participantes em duas equipes.

Desenhe uma linha ou coloque uma corda no chão entre os grupos. Os times começam o jogo a três metros atrás da linha central. A um metro e meio desta linha, coloque as varas alinhadas, cinco de cada lado. O objetivo consiste em pegar as varas que pertencem ao time oposto cruzando a linha central, agarrando a vara e voltando através da linha sem ser pego. Ambas as equipes jogam ao mesmo tempo. O jogador que foi capturado fica como prisioneiro e deve sentar-se ao lado oposto da linha central. Os times podem pedir uma interrupção para negociar uma vara roubada por um jogador preso, se quiserem. Os participantes continuam tentando roubar as varas até que um time consiga todas as do adversário ou um time tenha capturado todos os oponentes.

306. GOLFE

Este costumava ser o esporte dos velhos homens ricos, mas hoje em dia pessoas de todas as idades e ambos os sexos podem apreciar este jogo. Verifique se há um campo de golfe em sua localidade, vá até lá e faça toda a família atirar bolas. Afunde uma xícara no quintal de sua casa e pratique acertar a bola no buraco. Depois destes treinos, vá a um campo e tente nove buracos de golfe. As pessoas não jogadoras da família podem ser os marcadores de pontos, carregadores de tacos e torcedores.

307. TÊNIS COM PETECA

Eis aqui um jogo de quintal que fornece bastante exercício. A rede e a peteca são baratas, e você pode abaixar a rede para jogadores menores. Arme a rede e promova uma competição familiar. Jogue algumas partidas após o jantar todas as noites.

308. VOLEIBOL

Este jogo revela-se um dos melhores para três gerações. As regras podem ser rigorosas ou descontraídas. Comece ensinando os pontos básicos de saque. Mesmo as crianças menores podem dar os saques, pegar a bola ou serem juízes de linha. Depois, treine a cortada e a colocação. Convide outras famílias vizinhas

para jogarem uma vez por semana no verão. Os times podem conter de dois a oito jogadores de cada lado. Os avós também podem participar, serem os marcadores de pontos ou juízes.

309. TIME ESCOLAR

Além das aulas de ginástica, as crianças podem querer jogar numa equipe de escola. As escolhas mais comuns constituem: o futebol de salão, o voleibol, o futebol de campo, a natação, o basquetebol, a luta romana e o handebol. Assim que o compromisso for feito, reorganize o horário da família para que os pais e as crianças possam apoiar o jogo assistindo ou falando a este respeito no jantar. Não permita que os esportes separem os membros da família na hora das refeições. Incentive a criança a tentar várias modalidades de esporte durante o período escolar, a menos que ela se destaque de fato em apenas uma.

310. PEQUENA EQUIPE

Quando a criança se junta a um jogo de equipe, certifique-se de que a diversão não vá além do jogo. Não demonstre um interesse passivo, do tipo "Eu levarei os biscoitos", Faça os biscoitos, mas também envolva-se em descobrir a associação certa, o time e o treinador de seu filho. Insista em um bom desportismo pelos jogadores e pais. Dê seu ponto de vista em particular ao treinador e anime-o para deixar cada membro do time jogar. Planeje comemorações que incluam vencedores e perdedores. Procure na biblioteca livros que tratem do assunto e encoraje o treino de habilidades em casa. E, quando seu filho iniciar uma nova prática, não o force a continuar. Isto é *apenas um jogo.* Lembre-se de que assumiu um compromisso e deverá completá-lo, mas que, se ele quiser desistir, poderá fazê-lo no fim da temporada.

311. JOGOS PARA ASSISTIR

Quando se tornar aborrecido observar um jogo, peça para seu

filho tentar o seguinte: 1) Faça uma inspeção familiar sobre quantas pessoas estão no jogo e veja quem mais se aproxima do cálculo quando a comitiva oficial é anunciada; 2) Guarde a contagem dos pontos e pergunte aos outros seus palpites para o resultado final; 3) Escolha seu próprio MJ (Melhor Jogador); 4) Olhe para os outros espectadores e eleja o mais jovem, o mais velho, o mais vibrante e o mais quieto.

312. ASSISTINDO FUTEBOL

O nosso esporte nacional, originário da Inglaterra, ensina muitos valores importantes; como a lealdade ao time através dos bons e maus anos. Ele mostra esperança e otimismo, e também desenvolve matemática ao computar os pontos obtidos através

dos campeonatos. Se seu filho se interessar, ajude-o a montar uma tabela com todos os jogos do campeonato e acompanhar a contagem de pontos e classificação de seu time favorito.

313. ESPORTES NA TV

Existem vários eventos esportivos emocionantes transmitidos ao vivo pela televisão. Os pais têm a responsabilidade de ajudar a família a manter o equilíbrio entre assistir esportes e ter outras atividades. Junto com seu filho, verifique as apresentações da semana e escolha uma ou duas. Faça disso um acontecimento familiar. Finja que está realmente presente no local. Escolha seu time ou jogador. Coma pipocas. Grite e torça! Durante os comerciais, converse, escreva, faça tricô, jogue — não desperdice este tempo precioso. E quando o jogo terminar, desligue a TV e pratique alguma atividade.

PARTE 2: CLUBES ORGANIZADOS

314. ESCOLHA E DECIDA

Quando as férias se aproximam, as crianças recebem oportunidades para se juntarem a vários clubes. Discuta todas as alternativas e deixe que seu filho faça uma relação na ordem de importância para ele. Leve em consideração Acampamentos, Escotismo e Clubes para Meninos e Meninas, a Associação Cristã de Moços, Grupos de Igreja, atividades em parques e recreações, centros de ginástica, escolas (de música, arte, drama, artes marciais), times desportivos e atividades de biblioteca. Os jornais locais e anúncios das organizações podem orientar a respeito de outras diversas oportunidades. Reserve alguns dias livres para diversões sem compromisso e deixe a criança escolher um ou dois grupos. Depois deste tempo, e enquanto a lembrança está recente, faça uma avaliação do grupo com a criança. Deixe-a decidir se quer continuar nele ou escolher algo diferente. Alguns grupos tais como Acampamentos e Escotismo de garotos e garotas podem continuar sendo os favoritos por muitos anos, mas não existe lei contra o desejo de variar — além disso, supõe-se que eles ofereçam agradáveis experiências.

315. INICIE SEU PRÓPRIO CLUBE

Se você não encontra um clube no qual seu filho deseje ingressar, organize um com as outras famílias da vizinhança. Planeje apenas as atividades que o grupo queira e inclua alguns desafios. Arranje uma chefia de fora ou vocês próprios podem liderar os eventos fazendo rodízio. Embora isto signifique mais trabalho, mantém os pais e os filhos mais unidos sob circunstâncias diferentes do que a escola ou a igreja.

316. O COMPROMISSO

Fale claramente a seu filho sobre o que implica em: comparecer às reuniões, algumas habilidades, despesas, talvez usar um uniforme, providenciar lanches, fazer excursões, promover vendas, ocupar um cargo, acampar, ter ajuda dos pais. Se ele quiser livrar-se de tantos encargos, talvez prefira um grupo menos estruturado. Mas, uma vez que a criança se junta a um grupo, a família deve dar apoio e assumir sua participação como líder, acompanhante, motorista e outras responsabilidades. Na avaliação dos custos de ser um membro, você talvez queira oferecer à criança uma tarefa extra num projeto especial para que ela possa ganhar o dinheiro ou taxas para as despesas do grupo.

317. EXCURSÕES DO GRUPO

Leve em conta a visita a estes locais, sempre que um grupo grande de crianças estiver envolvido: 1) mercearia (peça para o gerente conduzir o grupo pelos bastidores da mercearia e ligá-lo a outras atividades, tais como o planejamento do cardápio, nutrição educacional, ou servir uma refeição aos pais); 2) usina de força (veja como o gás e os serviços elétricos são distribuídos à sua cidade); 3) companhia telefônica; 4) um grande banco com caixa-forte; 5) operações agrícolas (fazenda, pomar, criação de gado ou de aves domésticas); 6) incubadora de ovas de peixe; 7) açude ou usina de filtragem de água; 8) pedreira ou fornecedora de materiais de construção; 9) estação de trem e galpão de reparos de locomotivas; 10) operação de um grande computador ou loja; 11) estação de rádio ou televisão; 12) o correio. (Verifique também as sugestões para excursões no capítulo 3, parte 9.)

318. VENDAS EM GRUPO

Quando chegar a vez de seu filho vender biscoitos, lâmpadas ou qualquer outro item para arrecadar fundos, despenda um tempo com ele para falar sobre algumas regras, os objetivos e as responsabilidades implícitas. Apóie os esforços do garoto, mas

não faça o trabalho por ele. Deixe-o praticar suas vendas falando primeiro com pessoas da família. Compre o produto! Em seguida, deixe-o visitar um bom amigo ou parente. Depois, com o sucesso alcançado, ele estará pronto para vender a estranhos. Converse a respeito do procedimento da ida de porta em porta, em especial sobre as regras de andar em duplas e não entrar dentro das casas. Proponha visitarem amigos e vizinhos. Elabore uma tabela que mostre seu progresso. Mesmo que não seja um grande vencedor, aprecie seu trabalho e durante o jantar fale particularmente a este respeito.

PARTE 3: A TURMA EM SUA CASA

Aqui se apresentam jogos para grupos — alguns competitivos, outros não. (Jogos para grupos adequados a festas estão no capítulo 11, parte 2 deste livro.)

PARA TODAS AS IDADES

319. GRUPO DE LANCHE E CONVERSA
Quando um grupo de crianças se reúne pela primeira vez em sua casa, chame sua atenção com sucos e bolachas. Deixe-as conhecerem algumas regras básicas: nada de brigas, deve-se fazer revezamento, os brinquedos devem ser manuseados com cuidado e postos de lado quando o jogo terminar. Mostre-lhes o lugar onde fica o banheiro, onde você estará, e para pedirem quando forem usar o telefone. Diga também que não os observará o tempo todo, mas deixará uma sineta para os menores tocarem caso precisem de ajuda.

320. CRIE UM LANCHE
A criatividade e nutrição se combinam quando você permite que um grupo de crianças faça um lanche único. Os ingredientes podem incluir bolachas de farinha, uva passa, amendoins, *marshmallows,* fatias de banana, e pasta de amendoim ou mel para ligar. Monte pequenas casas, caretas fantásticas e até pessoas. Mas lembre: "O que você fizer, terá de comer!"

321. O GOVERNADOR
Se a brincadeira ficar fora de controle, peça para o grupo se sentar para ouvir uma história. Então, antes de voltar a brincar, deixe-os escolherem uma criança para ser o governador. Eles gostarão da palavra, que significa um funcionário indicado para investigar as queixas e as más administrações! Faça cada criança se revezar neste cargo por meia hora. Seja lisonjeiro enquanto o jogo caminha bem.

322. AVISO DE CAMPAINHA SURDA
Procure saber a que horas os garotos devem retornar para casa. Vinte minutos antes, avise que restam apenas dez minutos para brincar, depois cinco minutos de tempo para recolher os brinquedos, e cinco para voltarem a suas casas.

323. A CORREIA TRANSPORTADORA
Os garotos e os pais deitam-se lado a lado o mais próximo possível, com o rosto virado para o carpete ou para a grama. O

"pacote" (uma criança) deita-se de bruços, atravessada sobre os espaldares e os ombros dos outros. As pessoas que formam a correia transportadora começam a rolar para uma direção, tentando manter-se juntas. O pacote faz um passeio aos solavancos e quando a criança for jogada para fora, torna-se a última pessoa da correia, e a primeira será o pacote seguinte. Os "pacotes" maiores devem ajudar a suportar seus próprios pesos para não amassarem as crianças pequenas que compõem a correia. Se existirem muitos participantes, monte duas correias e promova uma corrida.

324. A CAUDA DO DRAGÃO

Desenhe um círculo no chão. Todos os participantes se posicionam dentro ou logo depois dele, e uma pessoa fica bem no centro do círculo — o dragão. No início do jogo, um pai pode ser o dragão. Coloque uma corda com trinta centímetros de comprimento dentro do círculo — a cauda do dragão. Os jogadores tentam roubar a cauda sem serem pegos pelo dragão. Quando capturado *dentro* do círculo, o jogador está "congelado" naquela exata posição até que comece a rodada seguinte. (Estas posições são sempre difíceis de manter, uma vez que a pessoa está curvada para agarrar a corda quando é pega.) O primeiro a conseguir roubar a cauda (ou o último a ser pego) é o novo dragão, e outras rodadas recomeçam.

325. A ESCADA ESPACIAL

Este pode ser adaptado para um grupo grande de crianças ou adolescentes. Utilize uma escada resistente. As crianças devem fazer uma fila em ambos os lados da escada e praticarem carregá-la horizontalmente pelo quintal. Quanto mais participantes, mais fácil transportá-la. Depois que você der as instruções de segurança, uma criança se tornará o homem ou mulher do espaço. A escada é baixada para que a pessoa espacial possa subir a bordo. A princípio, ela pode ficar apenas sentada, enquanto os outros a levam para passear. Então ela começa a se mover "através do espaço" (devagar e com cuidado) para a outra ponta da escada. Depois que todos tenham

estado no espaço, você pode variar a atividade fazendo os carregadores levantarem a escada mais alto no ar ou incliná-la de um lado. Os homens do espaço maiores devem *andar* com mais cuidado através da escada.

326. LINGUAGEM CORPORAL

Uma criança inicia a mensagem deitando-se no chão e formando uma letra com seu corpo (por exemplo, um *I* ou um C). Outras crianças formam letras isoladas com um ou mais parceiros. Os maiores podem formar uma mensagem, tal como "VIDA" (Uma

criança enrolada será o ponto.) Ou então, divida o grupo em três e façam números. À medida que o jogo prossegue, um garoto pode ser o diretor e dizer aos outros quais letras ou números eles devem formar. Os participantes também podem formar todas as letras do alfabeto.

327. CAÇADA PARA O ANO INTEIRO

Não é necessário estar na Páscoa para que as crianças saiam à caça. Quando um grupo de crianças estiver em sua casa, planeje uma caça às nozes. Enquanto os caçadores esperam na cozinha, esconda as nozes. Dê um saco ou uma cesta a cada um e veja quem acha mais. Em seguida, mostre como quebrá-las e coma-as!

328. QUEIMADA MALUCA

Neste jogo, ninguém está sempre de fora. Como na queimada, os participantes se alinham em dois lados e atiram bolas macias nos jogadores do outro time. Porém, na "Queimada Maluca", o jogador atingido não fica de fora; ele continua no jogo mas se muda para o outro lado. Use bolas em quantidade correspondente à metade do número de jogadores. Os pais também podem brincar.

329. REVEZAMENTO DE VELAS

Faça uma disputa de corrida dentro ou fora de casa, mas *não* sobre o carpete. Use cadeiras, brinquedos, caixas e outros objetos similares como obstáculos e mostre a rota para todos os participantes. Comece alertando sobre medidas de segurança com a vela: amarrar para trás os cabelos longos, enrolar para cima as mangas compridas. Depois, divida os jogadores em duas equipes com um adulto em cada lado para comandar. Os times iniciam a corrida de revezamento no lado oposto. A cada primeiro participante é dada uma vela acesa, e ele se move o mais rápido possível através do percurso sem deixar a vela apagar. Quando tiver ido e voltado por toda a extensão do trajeto, ele entrega a vela para o seguinte do seu time; o revezamento continua até que todos tenham participado. Jogue outra vez usando velas de aniversário: o primeiro participante acende a vela do seguinte antes que ele possa partir. Jogue uma vez mais utilizando apenas uma vela de aniversário num pequeno castiçal; veja se o time inteiro pode terminar o revezamento antes que a vela acabe.

330. CORRIDA DE OBSTÁCULOS

O grupo se reúne em uma sala e você lhe mostra um percurso de obstáculos, que pode ser uma bacia, um tijolo e um livro, colocados numa linha reta no chão a cada metro de distância.

Mostre onde ficarão em pé para começar e deixe-os estudar os locais dos objetos com cuidado. Em seguida, os jogadores saem da sala e decidem quem irá primeiro através do percurso de obstáculos. Neste meio tempo, um dos pais remove os obstáculos da sala. Coloque uma venda nos olhos do primeiro participante e leve-o para o lugar inicial. Enquanto ele percorre o caminho com muita cautela, solte murmúrios, gritos e risos para enganá-lo. Quando ele terminar seu trajeto, tire a venda. Ele ficará surpreso — mas feliz em ajudar nos efeitos sonoros para a próxima pessoa que será levada à sala para repetir a manobra de olhos vendados. Os murmúrios e gritos aumentam cada vez mais até chegar ao último jogador.

331. SACO DIVERTIDO

Com tecidos grossos e baratos, fabrique alguns sacos grandes, o menor com noventa centímetros por um metro e meio. Faça alguns enormes, também. Panos velhos revelam-se ideais, pois as crianças podem enxergar um pouco através deles e não se sentem enclausuradas. Você não precisa preparar mais nada para esta atividade; ela se encaminhará sozinha. Os garotos tentarão ver quantos cabem num único saco. Ou então, vão tentar pular ou engatinhar dentro deles sozinhos ou em grupos (isto ensina cooperação). Os sacos também podem ser usados na grama para rolar o corpo. Os maiores podem empregá-los para corridas de revezamento.

332. O CARROSSEL

Você vai precisar de um par de meias e uma corda com um metro e oitenta de comprimento. Coloque uma meia dentro da ponta da outra e amarre a meia externa numa extremidade da corda. Em uma área aberta, o chefe do carrossel com a corda atrás de si começa a girá-la em círculo, aumentando o comprimento da corda gradualmente. Os outros se juntam ao carrossel um por vez, pulando a meia assim que ela chega perto. Quando todos estiverem no círculo, o jogo começa. O chefe varia a velocidade, e os cavaleiros não devem ser pegos pela meia. Se forem apanhados, ficarão de fora até a próxima rodada.

O último participante torna-se o novo chefe do carrossel.

333. EMPURRA-EMPURRA

Os dois primeiros jogadores se agacham no chão um ao lado do outro. Cada um segura seus joelhos com os braços. Eles *devem* manter suas mãos entrelaçadas. Então, tentam empurrar um ao outro para o chão, Quando um vence, outro parceiro entra no combate, até que reste somente um, que pode defender seu título se desejar. Outra alternativa: todos os participantes se agacham num círculo e tentam derrubar os outros. Eventualmente alguém

vence, depois de muitas risadas e berros!

334. NOVAS CADEIRAS MUSICAIS

Esta constitui uma grande diversão para se realizar nos feriados quando várias gerações estão presentes. Como no velho jogo, é necessário um círculo de cadeiras, uma para cada pessoa, e uma fonte de música: um piano, um violão ou um toca-discos. A música é tocada e quando pára, todos se sentam. Então retira-se uma cadeira. Quando a música pára, todos sentam-se outra vez, mas só que ninguém fica de fora pois duas pessoas devem dividir a mesma cadeira. O jogo continua, com os participantes sem cadeira sentando-se juntos na mesma ou um no colo do outro. Até restar somente uma cadeira, quem conseguir sentar primeiro quando a música parar ganha o jogo. Começa outra rodada.

PARA CRIANÇAS MENORES

335. QUEM É O PRÓXIMO?

Os jogos em grupo incentivam a arte do revezamento. Quando existe um brinquedo que todos desejam, ajude as crianças a entenderem o uso do primeiro, segundo, terceiro e quarto. Providencie um cronômetro simples para que saibam quando interromper.

336. UM PROBLEMA EMBARAÇADO

Seis ou mais crianças e pais formam um círculo, todos olhando para o centro. Cada um avança em direção ao centro, pegando a mão de duas outras pessoas que não sejam as seguintes a ele. Então, sem se separarem, tentam desembaraçar o círculo. Você está desenlaçado quando tiver um grande círculo, um círculo dentro de outro, ou a figura do número oito. Para variar, um dos participantes pode ser o diretor e instruir os outros sobre o que fazer.

337. ABRAÇOS E CARETAS

Os participantes devem fazer caras felizes (caretas) durante esta atividade. Assemelha-se ao jogo de pique, com duas exceções: primeiro, os jogadores devem sorrir mostrando os dentes; segundo, durante a brincadeira de pique, cada jogador só está salvo enquanto estiver abraçando outro jogador. Aquele que é o "pegador" pode fazer o par abraçado se separar contando até cinco e dando-lhes oportunidade de escapar. É divertido quando um participante sendo caçado corre em direção a alguém para abraçar e de repente esta pessoa ao invés abraça outra. É uma brincadeira turbulenta, mas aquece o companheirismo.

338. ÔNIBUS DE ESCADA

Este jogo funciona melhor com cinco ou mais garotos. Escolha um para ser o motorista de ônibus e ajude-o a fazer alguns bilhetes de papel. Ele vende estes bilhetes para outros garotos em troca de diferentes itens que possuem (um sapato, um brinquedo, uma malha), que são colocados em sacos de papel e carregados no ônibus (a escada). Então, o motorista senta-se na base da escada, enquanto os outros fazem fila para subir a bordo. Ele pode deixar entrar um ou mais, recebendo seus bilhetes. Os passageiros escolhem os assentos no ônibus (degraus). Os outros devem esperar para subir a bordo até que o ônibus pare outra vez. O motorista finge que está dirigindo e anuncia várias paradas: escola, zoológico, estação de trem, loja de brinquedos, sorveteria. Os passageiros podem descer quando quiserem, levando consigo um dos pacotes, sem olhar o conteúdo. Quando todos tiverem saído do ônibus, eles abrem seus pacotes e aquele que tirar seu próprio objeto é o próximo motorista. Se ninguém pegou seu próprio item, o mesmo motorista continua; se dois têm seus próprios pacotes, serão os dois motoristas seguintes.

339. COMÉRCIO DE BRINQUEDOS

Diga aos garotos da vizinhança para trazerem os brinquedos que não desejam mais. Faça com que cada um escolha um papel com um número. Começando com o n.° 1, as crianças selecionam os brinquedos. Deixe todos se divertirem juntos com os brinquedos. Alguns podem querer trocar os brinquedos de novo antes de voltarem para casa.

340. DIVERSÃO SILENCIOSA

Todos os participantes se deitam sobre o carpete com os olhos fechados. Um dos pais senta-se no meio e diz que prestem atenção e chamem ou levantem a mão quando ouvirem algo. Previamente, o genitor reuniu alguns objetos, e com o silêncio ele emite vários sons: um sino tocando, uma tosse, um apito, um beijo, um aplauso, o arranhar de unhas sobre uma lixa, um zumbido, uma página virando, dentes batendo juntos, amassar

um papel, um miado, um papel rasgando. Inclua outros sons ouvidos na casa: urna máquina de lavar, o barulho de um carro, um cachorro latindo, uma porta fechando. Peça para o grupo contar quantos sons diferentes escutaram.

PARA CRIANÇAS MAIORES

341. REVEZAMENTO DE MELANCIAS

Este é um jogo ao ar livre. Você precisa de dois times e duas melancias. As equipes ficam em fila uma em frente à outra, a um braço de distância. Em cada time, a primeira pessoa se senta, a segunda fica de pé, a outra fica sobre um joelho, a seguinte de pé sobre uma caixa, e assim por diante. Os jogadores não podem sair de suas posições. Quando disser "Já!", a melancia é passada rapidamente ou jogada com cuidado de uma pessoa a outra até a extremidade da fila. Ela continua sendo passada de uma ponta à outra, marcando-se um ponto para cada rodada. Se a melancia cair, volta ao início daquele time, e os participantes recomeçam a passá-la. Assim que uma melancia se quebrar ao cair, todos param e começam uma corrida para comer a fruta. A próxima competição consiste em calcular os grãos. As sementes permanecem no chão ou na mesa. Todos dão um palpite, e depois as sementes são contadas. O evento final é uma esguichada d'água sobre os jogadores, mesa e chão. Tenha cuidado, pois as sementes germinarão, transformando-se em gigantescas trepadeiras.

342. CARTEIROS EM MOVIMENTO

Forneça a cada criança um envelope e um pedaço de papel. O participante redige uma pequena nota sobre si próprio, coloca o papel dentro do envelope e lacra, escrevendo seu nome em letras grandes no lado de fora. Todos os envelopes são postos numa pilha, e cada garoto retira um. Os jogadores formam um círculo, de *mãos dadas,* enquanto seguram o envelope debaixo do queixo. Começam a procurar a pessoa cujo nome está em seu envelope. Sem soltarem as mãos, tentam se aproximar daquela pessoa e entregar a carta em sua boca. Isto requer cooperação, porque o círculo começa a se torcer devido à mesma intenção dos outros. Sempre que um envelope cai ou é entregue os jogadores devem puxar os outros para trás em um círculo de novo. Não conte antes aos participantes, mas neste jogo o *último* a receber sua correspondência é o vencedor. Ele abre *todas* as cartas e as lê em voz alta.

343. BOLA NA MANTA

Divida as crianças em dois times e dê a cada uma delas uma manta grossa. Os membros da equipe agarram as pontas do

cobertor e, primeiro, praticam jogar e pegar uma bola de praia sobre a manta. A brincadeira começa. Um time joga a bola para cima, e depois se desloca para que o outro grupo chegue para pegar a bola. Vence o primeiro time que conseguir pegá-la por dez vezes. Aqui está uma versão diferente para participantes fortes: coloque um jogador na manta para pegar a bola e jogá-la de volta ao outro time. Esta modalidade exige que os seguradores do cobertor se movimentem velozmente.

344. JOGO CADENCIADO
Os jogadores sentam-se num círculo e são numerados pela ordem. O número um inicia a brincadeira praticando a movimentada cadência: duas palmadas nos joelhos, duas palmas, um estalo com a mão direita, e um estalo com a mão esquerda. Quando o grupo dominar o ritmo da seqüência, então o jogo começa. O jogador n.° 1 inicia a cadência e quando chegar no estalo da mão direita, ele diz seu número ao mesmo tempo. No estalo da mão esquerda ele chama outro número, e deve acompanhar o ritmo. A seqüência continua sem parar, e o participante com aquele número responde: no estalo da mão direita ele diz seu número e no da mão esquerda chama outro número. O jogador n.° 1 mantém o compasso aumentando a velocidade à medida que os outros melhoram. Quando um participante não responde ou o faz de maneira errada, a seqüência pára e ele vai para o "fim" do círculo e recebe outro número. Deste modo, alguns do grupo adotam novos números. Então, o jogador n.° 1 recomeça. O objetivo é se tornar o número um — e permanecer aí!

345. MINI-REVEZAMENTOS
Em mesas separadas ou em pontos distantes de uma mesa grande coloque: duas bacias de ervilhas verdes partidas e secas e duas agulhas retas; duas bacias com feijões e dois lápis em cada; e dois copos com três fósforos perto de cada um. Divida o grupo em times iguais e marque a linha de partida e de chegada. O primeiro jogador de cada lado começa o revezamento correndo para a bacia de ervilhas e espetando três com a agulha. Em seguida, vai até a bacia de feijões e retira três usando os lápis. Finalmente, usa os dois fósforos para levantar o terceiro palito de fósforo e equilibrá-lo sobre a beirada do copo. Então ele volta para seu time e o próximo jogador começa. A equipe que terminar primeiro vence.

346. CORPOS ESTRANHOS
Dê a cada jogador um pedaço de papel com 21 cm por 28 cm, um lápis e um clipe. Dobre o papel em quatro partes iguais no sentido horizontal. Na primeira parte, cada criança desenha uma

cabeça — da maneira que desejar — fazendo as linhas do pescoço chegarem até o cruzamento da segunda parte. Depois, todos dobram a primeira parte a fim de escondê-la, prendem a dobra com o clipe, e passam o papel para outro parceiro. Este começa do pescoço e desenha um corpo, fazendo a base do corpo ir até o início da terceira parte. Em seguida, ele dobra as partes da cabeça e do corpo escondidas, e passa o papel para outra pessoa. O artista seguinte acrescenta as pernas. O papel é

dobrado e passado para a etapa final. Neste momento, cada participante escreve um nome embaixo da seção. Pode ser à escolha do artista — alguém presente ou famoso. Os papéis são passados mais uma vez, abertos e compartilhados. Que pessoas tão estranhas!

347. O CÓDIGO MORSE
As crianças se divertirão aprendendo a enviar mensagens com os pontos e traços do alfabeto em código morse. Porém, primeiro faça um projeto com a vizinhança para construir um telégrafo a cada criança. Uma loja de ferragens pode lhe fornecer a cigarra, arame, parafusos e uma bobina. Em seguida, pratique fazer rápidos pontos, e depois traços, que devem ser três tempos mais longos que os pontos. O espaço entre as letras também deve ser três vezes mais longo que o de um ponto. Forneça a cada participante uma tabela do código (abaixo) e comece com mensagens simples ("Vem", "Hora de comer", "Aqui é Célia"). As crianças podem se revezar mandando, recebendo e decifrando as mensagens.

348. BALÃO ESTOURADO
Divida o grupo em dois times. Deixe cada um trabalhar em ambientes separados para elaborar um conjunto de seis pistas, usando nomes de seis objetos do interior e de fora da casa, tais como "O urso polar gosta dela" (a peladeira), "coloque sua cabeça nele" (o travesseiro), e "Os prédios gostam deles (tijolos). Cada time põe suas pistas dentro de balões que encherão depois. Enquanto um time permanece na sala, o outro esconde seus balões com pistas, exceto o primeiro. Cada pista dá um palpite para encontrar a próxima. Em seguida, as crianças dão ao outro time o primeiro balão, e começam a marcar o tempo. A equipe deve estourar a bexiga apenas com as palmas das mãos. Todos seguem procurando pelo local o balão com a próxima dica. Quando acharem o último balão e chegarem ao último local, o tempo é anotado. Depois que a primeira equipe terminar, a segunda segue o outro conjunto de pistas e tenta ser mais rápida que a primeira.

PARTE 4: AULAS DE MÚSICA

349. A ORQUESTRA TODA
Devido à grande variedade de instrumentos para escolher, não caia na armadilha de empurrar seu filho para lições do instrumento que *você* sempre desejou tocar. Se possível, assista a um concerto de orquestra ou banda junto com a criança e escute especificamente os diferentes instrumentos. Vá a uma

loja de música e peça demonstrações de vários deles. Primeiro, tente alugar, ou pelo menos aproveite a vantagem de um período opcional de teste antes da compra. Incentive diferentes instrumentos para crianças diferentes na família, assim talvez você tenha por sorte uma mini-orquestra caseira.

350. A INICIAÇÃO

A parte mais difícil das aulas de instrumento é dar início a uma nova tarefa. Quando a criança volta de uma aula, arranje um tempo para examinar o novo trabalho designado. Se possível, toque ou cante a melodia. Depois, divida-a em partes pequenas para serem aprendidas nos próximos dias. Talvez o estudante deseje marcar as partes para cada dia. Toma-se muito mais fácil quando existe apenas uma pequena parte para estudar em cada dia.

351. "EU TOCO BEM"

Dê um gravador simples ao praticante de música. Ele pode ouvir-se tocando para descobrir erros, má regulagem e boa interpretação. Deixe-o decidir se quer compartilhar a gravação com a família, um amigo ou parente.

352. O MINI-RECITAL

Se seu filho for uma abelha dançante ou um hábil pianista, deixe que a família toda participe de seu progresso. Na noite anterior ao dia de aula, realize um recital de três minutos sobre algo que aprendeu na semana anterior. Dê muito mais elogios do que sugestões.

353. UMA BARRA CASEIRA

Para as crianças que aspiram dançar balé, construa uma barra, de preferência na frente de um espelho. Assim, a bailarina pode ver como se parece, e como são as posições exatas. Logo cedo pela manhã, antes da aula, uma sessão de treino ajuda a despertar a mente e o corpo da jovem dançarina.

354. OS PAIS TAMBÉM

É divertido para todos quando os pais também recebem aulas. Às vezes, as aulas podem ser juntas. Procure duetos onde possam tocar em conjunto: quatro mãos ao piano, flauta e órgão, violão e canto, corneta e saxofone, ou piano e violino. Você poderá ter uma orquestra familiar florescente! Os pais nunca são velhos demais para aprenderem algo novo.

355. QUANTO TEMPO DEVO PRATICAR?

Um musicista deve usar um relógio com cronômetro, marcando-

o pelo tempo designado, em geral por meia hora. Quando a campainha tocar, ele chama sua mãe, pai ou irmã maior e toca mais uma peça — a sua melhor; assim ele termina o estudo de maneira triunfal.

356. O DIA DO RECITAL

Num dia de recital ou programa, mantenha os ânimos calmos e felizes. Em homenagem ao acontecimento, o artista recebe sua comida favorita, é dispensado de algumas tarefas domésticas e aconselhado a fazer um pequeno descanso. As roupas devem estar prontas e ele deve sentir-se confortável nelas. Um treino final em casa, e depois vá para o recital a tempo, para não haver correria. Lembre-o de que os erros não têm importância e que poucos notarão se ele apenas continuar a tocar, fizer o melhor possível, sorrir e se curvar em agradecimento. A família toda deve comparecer ao evento e estar pronta para elogiar no final.

357. AULA ÚNICA

Junto a seus filhos, considere receber aulas em um único instrumento: harpa, violoncelo, bateria, órgão, tuba ou marimba. Pense a respeito de ter outros tipos de aula: canto, arte dramática, computação, tênis ou mergulho. Antes de iniciar estes últimos, convém falar com pais e crianças que já praticam estas modalidades. Pergunte sobre os custos, os compromissos e os treinos.

PARTE 5: SAÍDA PARA O CAMPO

Esta constitui uma atividade de grupo fundamental. Embora você nem sempre possa acompanhar seu filho, a menos que seja um conselheiro do acampamento, ainda pode fornecer muitos itens de apoio a ele, antes e depois desta aventura.

358. ESCOLHA DE UM CAMPO

Hoje em dia existem campos para estudos de computador, para perder peso, para garotos dependentes de drogas e muitos outros. Porém, a menos que seu filho *realmente* necessite de uma atividade especializada, deixe que seu primeiro acampamento seja do estilo tradicional, onde cavalos, caminhadas e esportes na água se juntam ao ambiente de camaradagem do acampamento. No ano seguinte talvez ele queira um programa mais especializado, mas a maioria prefere retornar ao mesmo acampamento a cada ano. Ajude o garoto a procurar folhetos de campos, conversar com outros campistas e comparar os locais e preços. Uma grande parte do divertimento é a antecipação e o preparativo para a hora de acampar.

359. PREPARAÇÃO PARA ACAMPAR

Evite a saudade do lar fazendo com que o futuro campista adquira algum costume de ficar longe de casa, tal como passar uma semana ou mais na casa de um parente. Estas atividades também podem ajudar a mudança se tornar mais fácil: aprender a usar os equipamentos de campo enquanto estiver em casa, saber o que a família fará enquanto estiver ausente, pregar etiquetas nas roupas de acampamento e experimentá- las, ir ao campo com um parente ou um bom amigo e falar com outros campistas. Se possível, convide um campista com prática para um jantar ou lanche e converse com ele a respeito do acampamento. Antes que ele chegue, auxilie seu filho a elaborar uma lista com suas dúvidas e perguntas.

360. ALGO ESPECIAL

A menos que o acampamento proíba, deixe a criança levar um objeto de seu agrado que possa compartilhar com os outros: cartas mágicas, um pequeno brinquedo, uma história engraçada, uma ferramenta especial, uma revista ou um livro. Isto lhe dará uma ligação com o lar e ainda a oportunidade de dividir com os novos amigos. O objeto não deve ser caro; apenas algo que possa elevar seu amor-próprio. (Um ursinho de pelúcia ou uma "colchinha" não são os objetos certos para levar. Veja bem se o item não o fará receber zombarias).

361. CARTÕES POSTAIS

Vá ao correio e compre cartões postais e selos. Ajude seu filho a endereçá-los para seus familiares, melhor amigo, primo, avós e outros. Depois, quando ele tiver um tempo livre no acampamento, poderá escrever uma mensagem curta. Juntos, façam uma pequena lista de assuntos para o cartão, tais como uma nova atividade esportiva, alguma pessoa interessante, um novo prato, a paisagem, uma experiência divertida ou emocionante, e sobre o local do acampamento de onde está escrevendo. Explique que as pessoas gostam de saber pequenos detalhes sobre o acampamento. Junte com um clipe a lista de temas aos cartões e leve-os na mala com uma caneta.

362. BILHETES SECRETOS

Coloque alguns envelopes selados, um para cada dia, dentro da mochila do campista. Em cada um escreva uma pequena mensagem: uma piada, uma caricatura, uma charada, um poema, a fotografia do cachorro, e um assunto do jornal. Os

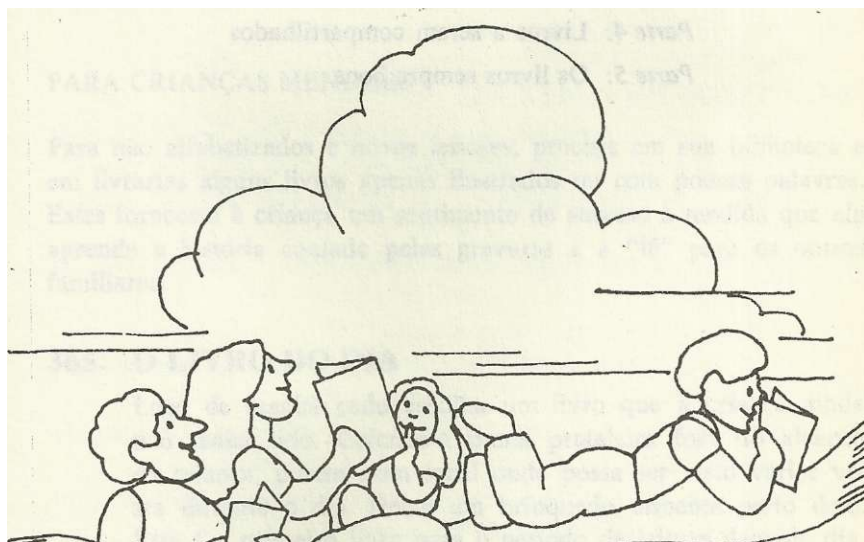
garotos adoram compartilhar estes bilhetes divertidos com outros campistas. E que lhes lembram que a família está pensando neles.

363. HORA DE ABRAÇO MENTAL

Antes que o campista parta, escolha uma determinada hora, como o café da manhã ou entre 21 e 22 horas, que será a hora do abraço mental quando ele estiver acampado. Diga-lhe que a família toda estará pensando nele, sabendo que está se divertindo. Da mesma forma, ele pode reservar um momento para pensar na família, e em que devem estar fazendo. Às vezes funciona bem olhar para a primeira estrela da noite como um lembrete para pensar na família.

364. O JANTAR DE BOAS-VINDAS

No dia em que o campista retorna, planeje um jantar que não inclua o tipo de comida de acampamento. Deixe que o garoto leve à mesa todos os objetos que colecionou. Converse sobre as experiências no acampamento. Aprecie seus trabalhos manuais e os mostre a todos. Tire fotografias do campista. Fale deste jantar especial antes de sua partida, assim ele ficará pensando sobre o que compartilhar. Não deixe de notar seu tom bronzeado, sua segurança própria, ou suas novas habilidades, e cumprimente-o por isto.

CINCO
O VASTO MUNDO DOS LIVROS

Abra as portas para o nosso mundo e para o universo com atividades que incentivam a leitura. Comece quando as crianças são novas, reservando um período de leitura diária maior do que um tempo contínuo de televisão. E lembre-se de que *você* dá o exemplo. Pesquisas demonstram que pais que adoram ler possuem filhos que amam ler!

Parte 1: Leitura em casa

Parte 2: Utilizando a biblioteca pública

Parte 3: Trabalhando junto à escola

Parte 4: Livros a serem compartilhados

Parte 5: Os livros sempre bons

PARTE 1: LEITURA EM CASA

À medida que as crianças crescem, mantenha livros em circulação pela casa. Torne a leitura uma atividade doméstica de alta prioridade. A habilidade em ler e compreender forma melhores estudantes e conduz a melhores oportunidades de emprego e a uma existência enriquecedora.

PARA CRIANÇAS MENORES

Para não alfabetizados e novos leitores, procure em sua biblioteca e em livrarias alguns livros apenas ilustrados ou com poucas palavras. Estes fornecem à criança um sentimento de sucesso à medida que ela aprende a história contada pelas gravuras e a "lê" para os outros familiares.

365. O LIVRO DO DIA

Logo de manhã cedo escolha um livro que a criança ainda não tenha lido. Coloque-o numa prateleira fora do alcance da criança, porém num local onde possa ser visto várias vezes durante o dia. Deixe um brinquedo atraente perto dele. Este é o primeiro livro para o período de leitura daquele dia. Troque o livro e o brinquedo todos os dias. Se possível, utilize um brinquedo que tenha alguma conexão com o conteúdo do exemplar.

366. PALAVRAS TRIDIMENSIONAIS

Use massa de modelar para fazer letras tridimensionais. Peça para o garoto enrolar várias cores de massa na espessura de um lápis. Então, escolha uma palavra de algo que ele realmente goste: bicicleta, bola, amor, o nome do cachorro. Empregando cores diferentes para cada letra, ajude-o a formar as letras, apertando as junções para que fiquem grudadas. Deixe-as secar por alguns dias e depois cole-as numa cartolina que a criança tenha pintado. Isto formará uma grande placa em seu quarto, e ela ficará orgulhosa em ser capaz de ler e escrever estas palavras especiais.

367. CHARADAS INFANTIS

Quando você encontrar uma palavra grande num livro, talvez a criança não a entenda; veja se você consegue encenar seu significado. Isso acrescenta uma variação à leitura e aumenta o

vocabulário da criança mais facilmente do que dizer-lhe o sentido ou pular a palavra. Repita a nova palavra muitas vezes e deixe-a representá-la também. Deste modo, é mais provável que ela se lembre. Faça com que compartilhe a nova palavra com a família.

368. JOGOS DE LEITURA

Para crianças menores, faça brincadeiras associadas à leitura. Aqui está um jogo de adivinhas infantis chamado "O que é". Para encontrar as soluções, leia as respostas entre parênteses.

2. O que é que quanto mais se aproxima menos se vê? (A noite)
3. Qual o dedo que cobre a unha? (O dedo da luva)
4. O que é que só pára em pé quando está em movimento? (O pião)
5. Sempre se encontram de hora em hora. (Os ponteiros do relógio)
6. O que é que, com o tempo, sempre muda de cor? (O céu)
7. Nunca entra sem bater. (O prego)
8. O que é que só se vê quando se levanta? (O Sol)
9. O que é que o macaco tem na frente e o pingüim tem atrás? (A letra m)
10. Qual é o pé que é doce? (Pé-de-moleque)
11. O que é que tem princípio, mas não tem fim? (Os números)
12. O que é que só se vê no escuro? (O cinema)
13. O que é que quando queima esfria? (A lâmpada)
14. O que é que está sempre sobre nossas cabeças, mas não conseguimos tocar? (As estrelas)

369. O DICIONÁRIO INFANTIL

Inicie cedo o hábito de "vamos procurar". Adquira para as crianças um dicionário com significados simples e muitas ilustrações, como, por exemplo, o *Dicionário Aurélio Infantil da Língua Portuguesa* (Ed. Nova Fronteira). Quando seu filho tiver um tempo livre, deixe-o virar uma página ao acaso e escolher uma palavra ou gravura que lhe agradou. Leia a definição e use a palavra numa frase. Veja se ele consegue empregá-la em uma sentença mais tarde naquele dia.

370. HISTÓRIAS QUE RIMAM

Para sair da rotina, permita que os não alfabetizados participem, fornecendo a palavra que rima em história rimadas. Se for um livro novo, a criança se divertirá adivinhando a palavra; no caso de uma história já conhecida, ela terá a satisfação de preencher rapidamente com a palavra certa.

371. UM NOVO FINAL

Antes de terminar a leitura de um livro, deixe as crianças dizerem como pensam que a história vai acabar. Então, complete a leitura e observe quais finais mais se aproximaram daquele do autor. Ajude a criança mais nova a descrever seu próprio desfecho improvisado.

372. O QUE ACONTECEU DEPOIS

Quando você chegar ao final do livro, crie uma linha adicional começando por "E no dia seguinte..." ou "Na vez seguinte aconteceu isto..." Deixe que seu filho termine a frase. Este procedimento estimula a imaginação da criança e a faz praticar para ser um contador de histórias.

373. PREENCHA OS ESPAÇOS EM BRANCO

Para auxiliar os novos leitores, você pode ler um livro e então deter-se numa palavra que eles conhecem, deixando-os preenchê-la. Elogie bastante, à medida que as crianças desenvolverem suas habilidades na leitura. Ao virar uma nova página, examinem juntos a ilustração e pergunte-lhes o que pensam que vai acontecer na história.

374. CAÇA AO TESOURO

Prepare esta atividade enquanto seus filhos estão na escola ou brincando. Revela-se muito útil aos iniciantes na leitura. Esconda todas as pistas, exceto a primeira. Por exemplo: Pista n. ° 1: Pendure seu casaco (eles encontrarão a pista n.° 2 no armário); pista 2: Totó gosta de você (eles acharão a pista n.° "5 na cama do Totó), Continue, finalizando na mesa da cozinha ou no canto da estante. Os principiantes se esforçarão para ler nas pistas as palavras que desconhecem. E ficarão ansiosos para aprender novas palavras.

375. LEITURA NO SUPERMERCADO

Para a criança que conhece o alfabeto, deixe-a mostrar as letras que vê nos produtos do supermercado. Veja se ela pode começar com a letra "A" e prosseguir pelo alfabeto. Se não conseguir achar uma letra, escreva-a num papel e passe à seguinte. Em outro passeio, dê-lhe um pedaço de papel para escrever alguma palavra completa que ela seja capaz de ler. Peça-lhe para ler sua lista durante o jantar.

376. "COMEÇA COM"

Faça este pequeno jogo com os não alfabetizados. Diga uma palavra, como, por exemplo, “bola” e peça à criança para falar outra palavra que *começa* com o mesmo som. No início você pode dar uma pista, como “é algo que a gente come.” Quando ela consegue responder rapidamente “bolo”, torne as pistas mais

difíceis. Depois, passe a não fornecer mais dicas.

377. SACO DE LETRAS

Usando um lápis de cera, coloque uma letra grande, como um C, num saquinho de papel. Junto com a criança, procure numa revista velha coisas que comecem com essa letra. No início, você poderá orientá-la, indicando a página onde aparece um cachorro, uma casa, um carro, e assim por diante. À medida que a criança crescer, conseguirá achar as ilustrações adequadas sem o seu auxílio. Recorte as gravuras e coloque-as no saco da letra C. Escolha outra letra e brinque outra vez com um novo saco. Deixe seu filho ler o conteúdo do saco de letras para alguém interessado da família, ou leve para a escola a fim de compartilhar com os colegas.

378. IRMÃO/IRMÃ

Algumas letras são parecidas. Enquanto a criança está aprendendo o alfabeto, mostre-lhe como essas letras irmãs são diferentes: *b* e *d, C* e *G, m* e *n, p e q, l* e *t*. Escreva uma fileira de uma única letra, mas coloque no meio uma letra irmã (CCCCCGCC). Deixe-a encontrar o *G.* Em seguida, pegue um livro e peça para ela achar as letras irmãs e identificá-las.

379. O CANTO DA BIBLIOTECA

Assim que o garoto tiver seus próprios livros, estabeleça um canto de leitura em seu quarto ou na sala de estar. Deixe uma prateleira para seus livros e as restantes para a biblioteca. Incentive-o desde pequeno a cuidar dos livros. Na parede pendure um *poster,* incluindo uma gravura que a própria criança desenhou de si mesma lendo. Nela, trace algumas linhas para anotar os primeiros exemplares "lidos" e os que mais lhe agradam. Mais tarde, coloque uma cadeira de balanço em seu canto de leitura. Conserve a estante durante o crescimento de seu filho, encorajando-o a manter a lista de livros já lidos.

PARA LEITORES

380. MENSAGENS AOS BOCADOS

Coloque pequenos bilhetes na lancheira escolar. Todos gostam de correspondências, então estas mensagens aos bocados serão lidas e compartilhadas! Elas não precisam ser longas: "Oi, Jéssica, eu sei que você se sairá bem na corrida de revezamento." "Querido Marcos, eu não vejo a hora de nos encontrarmos depois da aula, para empinar papagaio." De vez em quando, incorpore uma nova palavra mais difícil. Encoraje as crianças mais novas a trocarem mensagens entre si, também.

381. O LIVRO ABERTO

Escolha um local de grande movimento: o *hall* de entrada, a sala de estar, o balcão perto da porta dos fundos. Coloque ali um livro aberto, com ilustrações e legendas. Marque a página com um clipe grande de papel e vire a página a cada manhã. Bons exemplares incluem *O Grande Livro da Arte* (Ed. Verbo), um livro sobre arte; *O Mundo dos Oceanos* (Jacques-Yves Cousteau, Ed. Record); *Amazônia* (Ed. Siciliano); *Ecossistemas brasileiros* (Ed. Index).

382. LEITOR DE SEGUNDA GERAÇÃO

Proponha à criança um livro que você já leu e apreciou na mesma idade. Dê-lhe uma edição antiga uma edição nova ou empreste-a de uma biblioteca. Verifique sua data de publicação para ver se era uma obra nova quando você leu. Não comente o livro com antecedência, mas deixe a criança contar-lhe do que gostou nele. Então, será a sua vez de falar. Durante uma viagem, quando a família dispõe de mais tempo para ler, compartilhar e discutir livros, leve junto alguns exemplares adequados às duas gerações de leitores.

383. VAMOS FAZER UM TRATO

Para cada hora assistindo TV, reserve meia hora para a leitura. Logo você notará que seus filhos preferem ler a ver televisão. Deste modo, pode-se abranger um campo maior, aprender mais, e viver melhores aventuras em meia hora de leitura do que em uma hora de TV.

384. O PRIMEIRO DESEMPENHO

Quando a criança possui um livro pequeno que pode ler sozinha, filme-a com uma câmera de videocassete enquanto realiza a leitura. Cada criança deve ter o mesmo privilégio. Você registrou um momento muito especial da vida de seu filho, o qual a família toda apreciará no futuro. Quando um dos pais está ausente no evento, a criança pode se divertir passando o vídeo e sendo o próprio narrador.

385. FAZENDO UM LIVRO

Este é um projeto que um alfabetizado pode realizar para um irmão que ainda não sabe ler. Usando uma revista antiga, o mais velho recorta cerca de quinze ilustrações interessantes, colando-as em folhas separadas de papel e deixando um espaço embaixo para uma história. Em seguida, peça para que ele organize as gravuras numa seqüência, de modo que forme uma história simples que ele mesmo escreverá usando apenas uma frase por página. Talvez você precise dar algumas sugestões no projeto, mas isso não é importante. Deixe seu filho mais velho

presentear o livro ao irmão mais novo e ler para ele. Este pode

se tornar o favorito da família.

386. BINGO DE PALAVRAS

Faça as crianças desenharem um tabuleiro com vinte e cinco quadrados sobre uma folha de papel quadriculado, medindo cinco quadrados de altura por cinco de largura. Escreva "LIVRE" no quadrado central. Em seguida, os jogadores sugerem algumas palavras (fáceis quando são menores, e mais difíceis quando mais velhos). Anote cada palavra em uma carta com 7,5 cm por 12,5 cm, enquanto cada pessoa a escreve em um quadrado de seu tabuleiro. Continuem as sugestões até que o tabuleiro esteja preenchido, e cada palavra conste em uma carta. Agora, faça os marcadores do bingo com fichas de papel cortado, botões ou feijões. Embaralhe as cartas e retire uma, anunciando a palavra com clareza. Os jogadores cobrem a palavra com um marcador. Prossiga até que um dos participantes ganhe ao completar uma fileira de cinco palavras em qualquer direção.

387. ONDE VOCÊ LÊ?

Apresente variações para os locais onde a família lê: perto da lareira, sob uma árvore, na banheira, na cama, todos na cama dos pais, na praia, no gramado, numa barraca com um lampião forte. Veja quem consegue achar um novo lugar para ler. Deixe alguns livros no carro — para você e para as crianças — disponíveis nos momentos em que for necessário esperar por alguém.

388. CLUBE DO LIVRO FAMILIAR

Crie um nome para o clube do livro de sua família, tal como "Os Leitores Ávidos", "Páginas dos Almeida", ou "O Clube do Grande Livro". Comece uma lista dos exemplares lidos por cada criança. Dê elogios para cada dez volumes lidos e talvez um pequeno prêmio àquele que leu o maior número de páginas ou livros em um mês.

389. CLUBE DO LIVRO DA VIZINHANÇA

No verão, quando as crianças têm mais tempo disponível, forme um clube do livro da vizinhança. Com outros pais, estabeleça um plano para dividir visitas à biblioteca, para trocar exemplares entre leitores, e para manter um registro de cada criança e recompensá-las no final do verão. Deixe os garotos nomearem o clube. Os sócios podem se reunir em casas diferentes para leitura e troca de livros. Verifique se há um clube do livro na biblioteca local.

390. ETIQUETAS

As livrarias vendem etiquetas baratas (as personalizadas custam mais caro) que podem ser usadas por toda a família. Numa tarde chuvosa, deixe que todos tragam para a sala seus livros favoritos, os quais desejam preservar. Mostre como colocar uma etiqueta no volume. Nela devem constar o nome de seu dono, o endereço ou telefone e, se possível, a data em que foi comprado, quem deu, a ocasião, e assim por diante. Inclua um maior ou menor número de informações que quiser. Quando a família adquirir bons livros novos, providencie para que recebam uma etiqueta.

391. PALAVRAS MISTURADAS

Elabore uma lista com nove palavras conhecidas e uma nova bem difícil. Escreva-as numa lista, misturando as letras. Você pode reuni-las em uma única categoria, como por exemplo, jogos, brinquedos, alimentos ou animais. Faça algumas fáceis (OTGA — gato) e algumas difíceis (EAETFNLE — elefante). Depois da primeira lista de palavras embaralhadas, peça para aquele que resolveu o maior número montar uma nova lista para os outros se distraírem.

392. CUIDADOS COM OS LIVROS

Dê uma demonstração de como abrir um livro novo: segurando-o com a lombada sobre uma superfície plana, vire com cuidado algumas páginas da frente, e depois as de trás. Continue até a metade do livro. Manuseando-o deste modo, a lombada não desmonta. Recubra um exemplar muito gasto com papel de embrulho a fim de protegê-lo. Com a ajuda de seu filho, faça um marcador de livros para cada pessoa da família, usando um papelão grosso, lápis de cera, e um pedaço de barbante amarrado através de um buraco perfurado. Utilize este marcador em vez de dobrar as beiradas da folha ou deixar o livro com as páginas abertas.

393. TEMPO DE OPINIÃO

Incentive um jovem a falar sobre um livro que acabou de ler. Ele o recomendaria para alguém? O que foi interessante? O que foi divertido? Ele gostaria de ler algum trecho do livro em voz alta? Se você tiver tempo disponível, deixe-o descrever o enredo inteiro. Isto aumenta sua habilidade em assimilar inúmeras idéias e narrá-las na ordem correta. Em sua lista de volumes lidos, permita que ele classifique o livro numa escala de um a dez, sendo dez a melhor nota.

394. ASSINATURAS, TAMBÉM

Boas revistas tornam-se ótimos presentes para grandes leitores.

Ajude a criança na escolha de uma que seja de seu interesse. No início, faça uma assinatura de um ano. Deixe algumas revistas atraentes disponíveis na sala de estar. Bons exemplares incluem:

Revista Geográfica Universal, Bloch Editores S.A., Rua do Russel, n.° 766 — CEP 22214 — Rio de Janeiro (RJ)
Superinteressante, Editora Abril S.A., Tel.: (011) 831-0599 — Ramal 116 — Depto. de Assinaturas, ou cupom anexado à revista
Show do Esporte, Rua Haddock Lobo, n.° 1307 — 13.° andar, cjto. 133 — CEP 01414 — São Paulo (SP)
Ciência Hoje, S.B.P.C., Avenida Venceslau Brás, n.° 71 — fundos — casa 27 — CEP 22290 (RJ)

395. LEITURA NO CARRO
Guarde alguns livros da família no carro, dentro de um envelope grande protetor. Seus filhos podem fazer desenhos no envelope. Para mudar, em vez de conversar ou brincar no veículo, as crianças podem ler em voz alta para você. Isto permite que cada uma se torne narradora para as outras, e assim você consegue avaliar seus progressos na leitura. Não as perturbe com palavras mal pronunciadas. Isto em geral indica uma palavra nova. Explique a pronúncia correta. Pergunte-lhe o significado. Diga-lhe o sentido certo se as outras não souberem. Não se esqueça de agradecer o leitor!

396. A LISTA TELEFÔNICA
Leitura aborrecida? Nunca! Faça a criança ver como o livro é organizado, a importância das primeiras páginas, e como segue a ordem alfabética. Peça para que procure o sobrenome da família e de amigos na lista. Mostre como achar fornecedores de produtos e serviços nas páginas amarelas. Encontre um serviço que você utiliza (restaurante, limpadora, conserto de aparelhos domésticos) e observe quantas alternativas existem. Se possuir duas listas telefônicas, deixe duas crianças competirem para ver quem acha mais rápido certos nomes ou serviços.

397. BÔNUS DE QUINZE MINUTOS
Talvez seu filho vá dormir às oito horas, mas esteja pronto para lhe dar um bônus de quinze minutos para ler. Isto demonstra a prioridade da leitura, tornando-a uma parte agradável da rotina diária e estimulando este hábito. Também serve como uma atividade silenciosa e divertida, que facilita o sono.

PARA TODAS AS IDADES

398. O LIVRO PARA DEPOIS DO JANTAR

Escolha um livro adequado à idade de seus filhos. Após o jantar, leia apenas um capítulo ou algumas páginas. Deixe-os querendo mais! Torne isso um hábito da família. Assim que eles adquirirem eficiência na leitura, deixe-os participar. Porém, lembre-se de que esta não é uma aula de leitura, mas um agradável passatempo conjunto.

399. MEU DIÁRIO DE LEITURA

Quando as crianças são pequenas, ajude-as a começar um diário dos livros que tenham lido. Um dos pais pode fazer a manutenção até que a criança atinja idade suficiente para conservar seu próprio diário. Não importa o quanto se assimila pela leitura; esta deve constituir uma fonte de conversação e prazer para toda a família.

400. TRAÇAS

Use um papel quadriculado para fazer a ponta da cabeça de uma traça para cada criança. Fabrique-as com cerca de 10 cm de comprimento. Pregue-as no quadro de avisos e não fale nada até que perguntem. Depois, com a ajuda de seus filhos, recorte pedaços curvos para acrescentar ao corpo da traça. Quando a criança terminar um livro, escreve o título em uma destas partes e a gruda em seu inseto. Veja como crescem! Se você não gosta de traças, faça uma árvore e adicione uma folha para cada livro lido.

401. COMPARAÇÕES

Leia um livro e depois vá ao cinema (ou alugue um filme) sobre a mesma história. Que partes foram cortadas? Onde a história foi diferente? Os personagens e os locais se pareciam com os do livro ou com os que você havia imaginado? Qual foi melhor: o livro ou o filme? Livros e filmes para todas as idades incluem: *Pinóquio, Branca de Neve, Alice no País das Maravilhas, Mary Poppins, O Mágico de Oz,* As *Aventuras de Tom Sawyer, O Pequeno Príncipe, A Moreninha, Os Três Mosqueteiros, Meu Pé de Laranja Lima, 20.000 Léguas Submarinas, O Príncipe e o Mendigo, O Mercador de Veneza, Oliver Twist, A Volta ao Mundo em 80 Dias.* As listagens em sua locadora lhe fornecerão outros títulos. Se quiser, veja primeiro o filme e depois, peça o livro emprestado.

402. MÓBILES DE LIVROS

Alguns livros sempre são os favoritos da criança. Trabalhem juntos para construir um móbile feito com personagens importantes destes livros. Deixe seu filho desenhar o

personagem num papel colorido e depois recortá-lo. Ajude-o a amarrá-lo com um fio a um cabide ou suporte revestido. Quando mais personagens forem colecionados, prenda com firmeza um segundo suporte ao primeiro, e assim por diante. Pendure o móbile sobre a cama da criança. Os personagens movendo-se lentamente a lembrarão dos bons livros.

403. ADIVINHE QUEM
No carro, faça uma variação do jogo das "Vinte Perguntas", utilizando personagens dos livros. Deixe as crianças se revezarem dizendo sim ou não a respeito dos personagens que escolheram para representar.

404. LIVROS DE BANHEIRA
Selecione alguns exemplares baratos para ler na banheira, caso aconteça de caírem na água. Deixe a criança relaxar e ler por dez ou quinze minutos. Alguns garotos apreciam que leiam para eles enquanto tomam banho.

405. FAZENDO UM FILME
Ajude seu filho a escolher as cenas importantes de um livro de ação, Deixe-o desenhar estas cenas em folhas separadas de papel. Se outros da família leram o livro, também poderão contribuir com ilustrações. Junte um pedaço de papel branco a cada extremidade e cole ou prenda as cenas juntas, uma ponta na outra, formando um rolo de filme. Corte dois buracos em uma caixa de papelão, fazendo a área entre as aberturas do tamanho de apenas um quadro. Coloque o primeiro quadro no local, e então mostre uma cena por vez na abertura emoldurada. Uma criança pode narrar o "filme".

406. A BÍBLIA DA CRIANÇA
Existem várias versões bem ilustradas e simplificadas da Bíblia, apropriadas para crianças pequenas. Vá a uma livraria que tenha exemplares religiosos e examine-os. Decida-se por aquele que gostaria de ter. Para cada boa ação que a criança fizer e relatar a você, coloque uma moeda para o "fundo da Bíblia". Adquiri-la deste modo é divertido e a torna importante.

PARTE 2: UTILIZANDO A BIBLIOTECA PÚBLICA

407. NARRAÇÃO DE HISTÓRIAS
Planeje uma visita à biblioteca coincidindo com a hora de narração de histórias de seus filhos. Nesta noite, ao jantar, deixe a criança repetir para toda a família a história lida na biblioteca. Talvez ela queira pegar emprestado o livro de novo para ler

sozinha. Ouvir histórias ajuda a criança a melhorar sua própria narrativa; isto fornece um treino para memorizar o resumo de um enredo, falar com clareza e exercitar sua habilidade dramática.

408. MAIS QUE LIVROS

Incentive o empréstimo regular de livros, mas também pesquise o empréstimo de gravações em fita em sua biblioteca de costume. Uma variação agradável é um livro em vídeo ou fita cassete de músicas infantis de países estrangeiros. A criança pode escutar enquanto trabalha, se veste ou faz um lanche. Estas fitas também revelam-se boas para os momentos em que a criança não se sente bem.

409. LIVROS QUE UNEM

Com o auxílio do bibliotecário, encontre livros vinculados a algumas atividades familiares como cultivar um jardim, fazer uma viagem de avião, ter um novo bebê, passear no zoológico ou circo. Após ler um livro sobre bombas de incêndio, visitem um posto de bombeiros. A leitura deste tipo de obra engrandece o evento real. Releia também alguns exemplares depois do acontecimento.

410. LEITURA INTRODUTÓRIA

Antes de sair da biblioteca, deixe a criança ler as primeiras páginas de um ou mais livros que ela levará para casa. Esta leitura introdutória serve para que a criança se interesse pelo enredo, e assim ela estará ávida para continuar lendo em casa. A cada visita à biblioteca, procure locais diferentes e interessantes para dar início à leitura de uma obra.

411. A PROCURA

Escolha um assunto, como, por exemplo, palhaços ou gorilas. Veja em quantos lugares o tema pode ser encontrado em diferentes livros de referência. Isto amplia o conhecimento familiar sobre o argumento e também introduz o uso de muitos livros de referência. Comece procurando a palavra em diversas enciclopédias, e depois use o arquivo guia de assuntos da biblioteca e o índice de periódicos.

PARTE 3: TRABALHANDO JUNTO À ESCOLA

Visite a biblioteca da escola de seu filho. Veja o que poderia ser necessário e pergunte ao bibliotecário como você pode cooperar. Na ocasião adequada, dê algumas destas idéias como sugestões.

412. FEIRA DO LIVRO

Estabeleça um programa que permita aos pré-escolares levarem à escola um livro que gostariam de trocar. Sexta-feira de manhã revela-se um ótimo dia para trocas. Cada criança que já leu o livro coloca seu nome dentro da capa de trás. É interessante verificar quais obras conseguem mais assinaturas. Qualquer criança que trouxer um livro à feira pode levar um para casa.

413. O LIVRO DE ANIVERSÁRIO

Com o bibliotecário da escola, determine um programa que permita à criança doar para a biblioteca um livro como presente de seu aniversário. O funcionário terá uma lista dos volumes desejados, com preços razoáveis, que podem ser encomendados por antecipação. Uma etiqueta com o nome do proprietário é colocada no livro, que o doador presenteia neste dia especial em sua sala de aula. Depois que o aniversariante já leu o livro, os colegas podem pegá-lo emprestado antes de devolvê-lo à biblioteca.

414. VENDEDORES DE LIVROS

Esta constitui uma maneira diferente de difundir um livro. As crianças lêem livros de sua escolha e fazem uma análise para a classe. O crítico tenta "vender" o livro escolhido fazendo referências entusiasmadas sobre ele, talvez lendo um parágrafo, e comentando as razões pelas quais os outros gostariam dele. Duas crianças podem competir tentando "vender" dois livros diferentes sobre o mesmo tema.

415. BONECOS PERSONAGENS DE LIVROS

Quando várias crianças já leram o mesmo livro, deixe-as representar os personagens da história usando bonecos. Elas encenam uma determinada passagem do enredo ou um diálogo. No fim da narrativa, os bonecos personagens podem responder a perguntas feitas pela audiência.

416. TEMPO DE HISTÓRIA

Se o funcionário da escola estiver de acordo, trabalhe em conjunto com outros pais para formar narradores a grupos de várias idades, na biblioteca da escola. Com entusiasmo, um pouco de drama e criatividade, e mais prática serão suficientes para preparar você a este valioso projeto escolar. As roupas adequadas e o apoio aumentam o interesse. Faça com que seu filho proponha histórias e deixe-o observar seus ensaios em casa e dar sugestões.

417. UM PROGRAMA DE INCENTIVO

Peça para as empresas locais ou aquelas onde os pais trabalham para darem incentivos às classes para lerem um número

específico de livros. Esses estímulos podem ser uma festa do sorvete, um filme depois da escola ou uma excursão da classe a uma empresa ou um parque. Estabeleça um programa de incentivo cujo objetivo é desafiador, mas alcançável. Lembre-se de dar crédito às empresas e peça para a secretária de classe redigir uma nota de agradecimento.

PARTE 4: LIVROS A SEREM COMPARTILHADOS

418. PARA NOVOS PAIS

O vínculo entre os pais e o filho começa a se estabelecer a partir do momento em que o bebê nasce. Vá até a biblioteca e leve emprestado algum livro que oriente os novos pais sobre como iniciar o elo da comunicação compartilhada com os filhos, ou um exemplar com boas histórias ou canções infantis. Mesmo quando o nenê é novo, leia em voz alta todos os dias. O som de sua voz e o ritmo da leitura tornam-se interessantes à criança e ajudam a ampliar seu tempo de atenção.

419. LEITURA EM VOZ ALTA

Alguns livros ganham vida quando lidos em voz alta. Escolha alguns que você acha adequado para isto, e faça com que a leitura em voz alta seja um dos melhores momentos do dia para pais e filhos. Este tipo de leitura não se destina somente a crianças menores. A habilidade nesta prática revela-se importante para os pais também. Ela fornece oportunidades para a desenvoltura em falar com eficácia na frente dos outros, na habilidade dramática e em outros aspectos relevantes. Com seus filhos, examine o horário semanal e separe um período para leitura em voz alta em casa.

420. SOMOS TODOS ARTISTAS

Em cada um de nós esconde-se uma veia artística que precisa ser alimentada progressivamente desde a infância. Providencie para que faça parte do quarto da criança: boas pinturas, cores agradáveis, móbiles, gravuras ou posters mudados com freqüência. Selecione um livro sobre a vida de algum artista famoso, tire umas poucas idéias e incentive seu filho a exibir seus talentos artísticos, cantando, representando, e assim por diante.

421. BOAS MANEIRAS

Os tempos mudaram, mas as boas maneiras ainda estão em moda, Você pode ensinar e trocar idéias sobre este assunto com este livro: *Etiquetas sem Etiqueta* (Barbara Virgínia, Ed. Vozes),

para adolescentes. Nele você encontrará muitas idéias e sugestões interessantes para diferentes situações.

422. SER UM GENITOR

Esse tema tão importante merece um pouco de seu tempo. Em uma biblioteca pública ou livraria local, selecione entre os exemplares disponíveis, um que lhe agrade, sobre paternidade e maternidade, relacionamento familiar, como educar filhos de uma maneira positiva, e assim por diante. Compartilhe algumas das idéias que achar interessante com seus filhos e decida quais merecem uma tentativa.

PARTE 5: OS LIVROS SEMPRE BONS

423. PARA PRÉ-ESCOLARES

Aqui apresenta-se uma lista de livros para você consultar à medida que for lendo para suas crianças menores.

Título
Contos Escolhidos
A oncinha ambiciosa
A rainha das borboletas
O potrinho
A Abelha, a Cigarra e a Formiga
Sapo de Estimação
O coelho e a onça
O burrinho verde
Bingo, o Curioso
Dois bonecos correm mundo
O cantor prisioneiro
A cidade muda
O empinador de estrela
Tetéia a patinha esquecida
Pequeno pode tudo
Meu cavalo invisível
As confusões de Aninha

424. PARA NOVOS LEITORES

Estes constituem os livros com que você pode ajudar seu filho a se divertir. E agradável se revezar lendo uma página, assim esta lista não se torna um debate. Deixe a criança escolher alguns destes.

As duas caras da noite
O pintinho do vizinho
Um tigre, dois tigres, três tigres

A conversa das palavras
Era uma vez um segredo
Os olhos que não queriam dormir
A bicicleta encantada
A nuvem dourada
A menina da tinta
História de jardim
Girival: o sapo que era o tal
Pipoca, o cabritinho travesso
A menina que queria ser bruxa
A gatocleta do Miagato
O burro - nhõ
O Jabuti e o gigante
O dedal da vovó
Dona maquininha Algodão doce
Um livro mágico

425. PARA ESCOLARES DE 5.ª A 8.ª SÉRIE

Utilize esta lista para crianças e pais. Se você ainda não leu estes livros, faça-o, e então poderá conversar com seus filhos sobre eles.

Aventuras de Tom Sawyer	Mark Twain
Os Vinte e Um balões	Pène du Bois
O Príncipe Feliz e outros contos	Oscar Wilde
Contos de Andersen	Hans Christian Andersen
Os Cavaleiros da Távola Redonda	Thomas Mallory
Chamado Selvagem	Jack London
Diário de Uma Jovem	Anne Frank
A Ilha dos Golfinhos Azuis	Scott O'Dell
As Filhas do Dr. March	Louisa May Alcott
O Pequeno Príncipe	Antoine de Saint Exupéry
Mary Poppins	Mary Travers
Peter Pan	J. M. Barrie
Bibi Meia Longa	Astrid Lindgren
A Colina dos Coelhos	Robert Lawson
Os Robinsons Suíços	Johann Wyss
O Vento nos Salgueiros	Kenneth Grahame
Uma Dobra no Tempo	Madeleine L'Engle
Pai, me compra um amigo	Pedro Bloch
Sozinha no mundo	Marcos Rey
A Casa das Quatro Luas	Josué Guimarães
O Enigma da Televisão	Marcos Rey
Tchau	Lygia Bojunga
Molecagem	Luiz C. Cardoso
Para gostar de Ler - Crônicas	(Ed. Ática)
O Menino no Espelho	Fernando Sabino
Oito Minutos	Ganymedes José
É Preciso Lutar	Márcia Kupstas

A Morte sem Colete	Lourenço Diaféria
A Maldição do Silêncio	Márcia Kupstas
Casa da Madrinha	Lygia Bojunga
História Extraordinária	Clarice Lispector
Martine Seco	Fernando Sabino
O Homem do Furo na Mão	Ignácio de L. Brandão
Ana Terra	Érico Veríssimo
Um Certo Capitão Rodrigo	Érico Veríssimo
Eu Te Gosto, Você Me Gosta	Márcia Kupstas
Para Gostar de Ler - vol. II - Contos	(Ed. Ática)
Vito Grandã	Ziraldo
Capitães de Areia	Jorge Amado

426. PARA ESCOLARES DO 2.° GRAU

Neste importante período, os livros se tornam uma grande ligação entre pais e filhos. Verifique quais destes você ainda não leu e então leia-os com seus adolescentes. As idéias nestes volumes podem originar conversas muito significativas.

Alice no País das Maravilhas
As Aventuras de Sherlock Holmes
Anna Karenina
Admirável Mundo Novo
Chamado Selvagem
Um Ianque na Corte do Rei Artur
Doutor Jivago
Dom Quixote
E o Vento Levou...
Viagens de Guliver
O Coração das Trevas
Como era Verde o Meu Vale
Ivanhoé
fane Eyre
O Último dos Moicanos
Lord fim
Senhor dos Anéis
Moby Dick
Orgulho e Preconceito
O Emblema Rubro da Coragem
Robinson Crusoé
A Letra Escarlate
Um Conto de Duas Cidades
Os Três Mosqueteiros
A Ilha do Tesouro
Vinte Mil Léguas Submarinas
A Cabana do Pai Tomás
Walden
Guerra e Paz
O Morro dos Ventos Uivantes Seminário dos Ratos
O Camelo Ancorado Vidas Secas
Crônica de uma morte anunciada
A Farsa de Inês Pereira
Dom Casmurro
Os Meninos do Brasil
Noite na Taverna
Iracema

Lewis Carroll Arthur Conan

Amor de Perdição	Camilo Castelo Branco
O Primo Basílio	Eça de Queirós
O Cortiço	Aluísio de Azevedo
O Alienista	Machado de Assis
Negrinha	Monteiro Lobato
Triste Fim de Policarpo Quaresma	Lima Barreto
O Guardador de Rebanhos	Fernando Pessoa
Amar, Verbo Intransitivo	Mário de Andrade
Trechos Escolhidos	Oswald de Andrade
São Bernardo	Graciliano Ramos
Sagarana	Guimarães Rosa
Antologia	Manuel Bandeira
Antologia	C. Drumond de Andrade
Mistérios	Lígia Fagundes Telles
Memórias Sentimentais de João Miramar	Oswald de Andrade
O Eu Profundo e os Outros Eus	Fernando Pessoa
Novelas Paulistanas	Alcântara Machado
A Legião Estrangeira	Clarice Lispector
O Vampiro de Curitiba	Dalton Trevisan
Os Tambores Silenciosos	Josué Guimarães
Confidências do Viúvo	Orlando Bastos
Tarde da Noite	Luiz Vilela
Bagagem	Adélia Prado
Buffo e Spalanzani	Ruben Fonseca
Metamorfose	Franz Kafka
A Peste	Albert Camus
Memórias de Adriano	Marguerite Yourcenar
O Som e a Fúria	William Falkner
Morte em Veneza	Thomas Mann
Cem Anos de Solidão	G. G. Marquez
Orlando	Virginia Wolf

SEIS
TRABALHO É DIVERSÃO

À medida que os filhos crescem, é importante que aprendam a realizar certas tarefas necessárias para o bom funcionamento do lar. Não pensem que vocês estão sendo gentis com as crianças ao fazerem tudo sozinhos e deixando-as de lado. O trabalho *conjunto* fornece oportunidades para o desenvolvimento infantil, cultiva a sociabilidade e a boa conversação.

Parte 1 : O lar é mais que uma casa

Parte 2: O que conta numa casa?

Parte 3: Ferramentas de trabalho

Parte 4: Tarefas conjuntas para toda a família

Parte 5: Tarefas conjuntas para pré-escolares

Parte 6: Tarefas conjuntas para escolares do 1.° grau

Parte 7: Tarefas conjuntas para adolescentes

Parte 8: Incentivos e empresários

PARTE 1: O LAR É MAIS QUE UMA CASA

Constrói-se um sentimento de equipe quando os membros da família compreendem e apreciam a contribuição dada por cada um. Um lar não é um hotel, mas um amoroso edifício do qual crescem todas as outras atividades.

427. PAIS POR UM DIA

Ser encarregado pode parecer fácil. Deixe as crianças

praticarem a paternidade ou maternidade sendo de verdade um dos pais por um dia. (Convém escolher um dia do fim de semana). Permita que cada criança se reveze. De acordo com a idade de seu filho, decida quais responsabilidades poderá incluir: dando os chamados para acordar, fazendo refeições, atribuindo tarefas domésticas, estabelecendo debates, ajudando na lição de casa, atendendo ao telefone, fixando a hora de dormir, lendo histórias. Não faça isto muito difícil, mas também não facilite demais. Deixe que as crianças assumam tarefas dos pais, como, por exemplo, serviços de lavanderia, fazer reparos e cozinhar. Se seu filho já tiver carteira de habilitação, também poderá dirigir e levar recados. Um garoto mais novo pode ser um dos pais escolhendo roupas para usar, fixando temas para jogos, dando outras ordens para se cumprir, aconselhando sobre a programação da TV, servindo refeições e lanches, e fazendo com que os outros participem.

428. ESTÁ CERTO MUDAR

Reorganize um ambiente com o auxílio da família. Solicite as sugestões de cada um e procure fazer arranjos únicos. Retire livros e acessórios e tente outros em seus lugares. Troque alguns quadros de posição. Eis um novo visual sem nenhuma despesa.

429. A LISTA DO "PARA FAZER"

Nenhum pai gosta de ouvir "Eu esqueci." Pendure na parede do quarto de cada criança (no espelho ou no quadro de avisos da família) a sua lista de coisas "PARA FAZER". Quando o garoto (ou um dos pais) é solicitado para fazer algo que não pode naquele exato momento, ele anota em sua lista. Incentive seu filho a cumprir estes itens regularmente. Nunca permita mais de cinco itens na lista. Quando se acrescenta um sexto, um deles precisará ser completado e riscado.

430. O CALENDÁRIO FAMILIAR

Com a ajuda da criança, elabore um calendário realmente extenso a cada mês. Nele coloque lições, atividades para depois da escola, eventos de fim de semana, igreja, acontecimentos sociais com parentes, datas em que os pais se ausentam, e assim por diante. Faça um círculo nos eventos especiais de diversão. Assegure-se de que exista algo em antecipado para cada semana. À medida que seus filhos crescerem, este calendário poderá controlar questões do tipo "quem está aonde" e "quem precisa do carro".

431. PAGAMENTOS

No período mensal de pagamento de contas, deixe as crianças participarem. Peça para seu filho mais velho comparar os gastos

de água e eletricidade com os de outros meses. Deixe que escrevam os cheques para você assinar. Mostre-lhes o quanto foi gasto no mercado e na alimentação fora de casa durante o mês. Este procedimento lhes fornece alguma compreensão sobre as finanças da família. Explique-lhes que cheques em branco precisam ser mantidos em locais seguros e nunca assinados até que estejam preenchidos por completo.

432. AVALIANDO O LIVRO-CAIXA

Sente-se em torno da mesa de jantar e deixe seus filhos ajudarem na verificação do livro-caixa. Mostre-lhes como registrar os cheques, despesas, depósitos e créditos. Permita que pratiquem suas adições e subtrações, chegando ao balancete. Ou talvez, ensine como operar uma máquina simples de calcular. Ressalte que enganos em geral são cometidos pelo cliente, e não pelo banco, mas que ocasionalmente até mesmo computadores podem errar. Demonstre como as taxas de serviços podem se elevar.

Enfatize a importância da concordância mensal entre o livro-caixa e o saldo bancário. Explique como uma conta descoberta resulta em um mau registro de crédito, como cheques sem fundo custam um pagamento de multa, e como é fácil marcar cada cheque emitido quando se escreve no canhoto, assim sempre se sabe o saldo bancário exato. Mostre a diferença entre pagar com cheques, uma despesa com cartão, e pagamento em dinheiro, e como é muito mais fácil controlar o saldo nos pagamentos com cheque do que em dinheiro. Explique o perigo de compras com cartão de crédito, as quais eventualmente devem ser pagas com juros.

433. O CONTROLE DA TV

Com o auxílio de um guia de programação, deixe os membros da família darem sugestões semanais sobre os melhores programas para se ver. Encontre alguns que a família toda aprecie e deseja assistir junto. Quando apenas uma pessoa quer ver um programa, coloque sua inicial na lista. Some quantas horas de televisão você planeja assistir em uma semana. Para crianças, não mais do que uma hora por dia revela-se ideal, sobrando tempo para diversas atividades. É recomendável que seu filho não tenha uma TV colocada em seu quarto; mantenha a TV como uma recreação de alta qualidade, orientada pela família.

434. LISTA FÁCIL DE COMPRAS

Arranje tempo para ir ao supermercado ou armazém de costume e elabore uma lista enumerando os itens de compras mais comuns. Faça o mesmo para as seções de produtos, laticínios e

carnes. Deixe espaços para acrescentar itens. Depois, faça cópias desta lista personalizada para que você possa colocar uma no quadro de avisos a cada semana. Os familiares devem saber que podem riscar ou escrever itens necessários. Não permita pedidos verbais, como "Ei, a pasta de dente acabou." Em vez disso, lembre-os de onde está a lista. Ganhe tempo usando a lista e fazendo compras uma única vez por semana.

435. MEU PRÓPRIO ARQUIVO

Um pré-escolar está pronto para ter sua própria pasta para arquivo assim que possuir algo "importante" para guardar: uma carta do vovô, um desenho escolar, uma programação do circo. Mostre-lhe suas pastas de arquivo: para ele e para cada pessoa da família, uma para o orçamento, para atividades cívicas ou sociais, para compras de Natal, para cartas a enviar, para contas a pagar, para seguros. Ao comprar novas pastas de arquivo, adquira-as nas cores do arco-íris.

436. BOAS MANEIRAS À MESA

Não desperdice o período das refeições com comentários críticos sobre falar com a boca cheia ou não usar o talher correto. Lide com isso em silêncio. No início de cada semana, decida no que deseja trabalhar, como por exemplo, nenhum cotovelo sobre a mesa. Fale sobre isso apenas uma vez. Depois, não use palavras, mas somente "a linguagem do corpo" para fazer comentários. Apenas aponte para seu cotovelo. Este sistema é mais divertido, ninguém se sente "perseguido", e as boas maneiras se aprimoram. (Ver capítulo 9, parte 4, em Boas maneiras à mesa.)

437. LEMBRETES E LISTAS

Melhor do que tentar se lembrar de tudo, comece desde cedo o hábito de "escreva aqui". Os não-leitores podem ser lembrados com uma gravura. Forneça aos mais velhos uma pequena agenda para listas: número do telefone dos amigos, coisas para guardar, sugestões de aniversário, histórias engraçadas, bons pensamentos. Mantenha certas listas no quadro de avisos da família: a lista de compras semanal, programas de TV aprovados, telefones de emergência, itens que necessitam de conserto, e brinquedos, ferramentas ou livros que foram emprestados.

438. VAMOS CONVERSAR

Algumas vezes um jovem tem algo que deseja compartilhar, mas você não dispõe de tempo naquele momento. Proponha-lhe que comente o assunto durante o jantar ou com você sozinho em uma hora especial. As crianças não gostam de serem postas de

lado. E quando você não puder lhes dar uma resposta imediata a um problema, não diga apenas "mais tarde", mas seja específico: "depois do jantar", "semana que vem", "amanhã de manhã." Mostre-lhes que você está sendo sincero ao desejar ter uma conversa séria marcando-a em vermelho em seu calendário. Então, lembre-se de fazê-la. As crianças menores apreciam quando você lhes dá um "estou devendo' para uma hora de diálogo, mais tarde no dia. Escolha um bom local para uma conversa particular: em seu quarto, numa caminhada, no quarto dela.

439. ENCONTRO FAMILIAR

Num fim de semana ou uma vez por mês, reúna a família para um período de conversação (não sobre disciplina). Discutam planos para a próxima semana, umas férias desejadas, ou maneiras de melhorar a vida familiar. Sirva maçãs e pipocas ou qualquer outro lanche favorito. Deixe os garotos falarem. Não reprima nenhum deles. Ouça com bastante atenção. (Para idéias sobre conversas profundas, ver o capítulo 10.)

440. ESCOLHAS

Forneça às crianças várias alternativas e encoraje-as para lhe trazerem escolhas quando elas desejarem que você decida algum assunto. Comece com as pequenas, deixando-as escolher o que vestir ou que livro ler. Então, aumente o número de opções. Dê às crianças maiores escolhas mais complicadas: uma camisa cara ou duas de preço módico, qual noite ficarão acordadas até mais tarde, ou programa de TV de duas horas ou dois programas de uma hora, qual instrumento estudar, se associar a qual clube. Inclua seus filhos nas decisões familiares: para onde ir no sábado à tarde, que cor pintar os remates da casa, ter férias de duas semanas no campo ou uma semana na cidade grande.

441. UM LOCAL SECRETO

A privacidade deve ser respeitada dentro da família desde que o sigilo não viole leis ou regras e costumes da família. Os garotos devem ter alguns locais seus onde possam guardar coisas preciosas. Às vezes isto funciona apenas para mostrar-lhes que não devem remexer nas gavetas e armários dos outros. Porém, talvez você possa fornecer uma tranca para um armário ou ajudar seu filho na construção de uma caixa resistente com "fechadura e chave.

442. OBJETIVOS

Uma vez por ano estabeleça metas individuais e familiares.

Deixe-as partir de cada criança com alguma sugestão dos pais. Os objetivos podem consistir na compra de um cão, ganhar uma soma específica de dinheiro, melhorar uma categoria, aprender a andar de bicicleta, ou abandonar um mau hábito. Os pais podem estabelecer metas individuais, também. Verifique os objetivos no primeiro dia de cada mês. Celebre os bem-sucedidos e comente os insignificantes ou não cumpridos. Planeje metas familiares: construir um pátio, telefonar ao vovô uma vez por semana, passear com o cachorro todos os dias. Adicione novos objetivos quanto atingir os outros.

443. CAIXA DO DESPEJO

Melhor do que fazer uma grande cena a respeito dos objetos deixados nos locais errados pela casa, encoraje a família a colocar temporariamente os itens espalhados na caixa do despejo, um recipiente decorado pelas crianças e mantido num canto da sala de estar ou na lavanderia. Quando não puder encontrar algo, procure primeiro nesta caixa. Uma vez por semana, durante as horas de serviço doméstico, uma criança pode entregar as sobras aos membros da família.

444. PALAVRAS QUE NÃO QUERO OUVIR

Converse com seus filhos sobre a linguagem aceitável em situações familiares. Mostre as frases que você não gosta de escutar porque machucam o relacionamento da família. Deixe-os exporem as palavras que eles não apreciam ouvir. Os pais devem evitar dizer: "Você nunca faz nada direito." "Quem você pensa que é?" "Eu não vou mudar de idéia." "Quantas vezes preciso repetir para você..." "Eu gostaria que você nunca tivesse nascido." "Cale a boca!" E as crianças devem evitar: "Estou falando." "Odeio essa comida." "Porque você nunca me deixa fazer nada?" "Não é minha vez." "Cale a boca!" Façam uma lista e verifiquem se conseguem passar um dia sem usar nenhuma destas frases desagradáveis.

445. PALAVRAS FEIAS QUE NÃO QUERO OUVIR

Blasfêmias e xingações em geral são o sinal de um vocabulário limitado. Quando uma criança primeiro usar uma xingação, não exagere na reação, mas não deixe passar. Ajude-a a optar por *não* praguejar, antes de apenas reprimir as palavras em sua presença. Ensine que a blasfêmia não é necessária na sociedade bem-educada e não é dita em sua família. No momento certo, explique os significados simples das palavras de xingação. Esclareça que existem palavras melhores para descrever cada uma destas coisas, que explodir em palavras desagradáveis quando alguém se sente frustrado ou desapontado não ajuda em nada, e que isso faz com que os outros menosprezem você. Mostre como estas palavras são cruéis, cruas e sem sentido, ou violam um dos Dez Mandamentos, mencionando o nome de

Deus em vão.
Isto funciona levando em conta que os adultos precisam absolutamente dar o bom exemplo, nunca praguejando diante das crianças — ou, de preferência, nunca de qualquer modo. Muitas pessoas renunciam a seu próprio vício de praguejar somente depois que se tornam pais; este não é um sacrifício tão grande assim para se fazer.
Para facilitar a quebra do hábito, coloque no balcão da cozinha um pote com uma fenda na tampa. Bons praguejadores: vinte e cinco centavos para crianças e cinqüenta centavos para adolescentes e pais. Use o fundo para algo especial quando as xingações tiverem cessado. Proponha algumas palavras alternativas: "Ratos!" "Raios!" "Porcos!" "Palhaço!"

446. PALAVRAS QUE GOSTO DE OUVIR
Muitas frases nos fornecem uma irradiação calorosa. Considere a utilização destas com freqüência: "Você está certo." "Tenho uma surpresa para você." "Vou considerar o que você quer." "Que boa idéia!" "Não precisa limpar seu quarto imediatamente." "Como você está bonito!" "Eu aprovo!" "Muito bem feito!" "Bom trabalho!" "Parabéns!" "Você é o maior." "Sinto saudades de você." "Pode ficar acordado até mais tarde desta vez." "Ninguém poderia ter feito melhor." "O que posso fazer para ajudar?" "Tudo bem, você tentou." "Gosto de estar com você." "Muito obrigado." "Estou feliz que você é meu." "Confio em você." "Te adoro." "Te amo acima de tudo." Elabore uma lista desse tipo e coloque-a no espelho do banheiro; tente usar algumas frases a cada dia. Logo elas farão parte de seu vocabulário natural.

PARTE 2: O QUE CONTA NUMA CASA?

Não demorará muito para que o "trabalho dos homens e das mulheres" leve a uma divisão das tarefas domésticas. Como ilustração, tem-se o exemplo de que ambos os pais podem realizar toda a espécie de serviço: papais podem lavar pratos e trocar a fralda do bebê; mamães podem repor uma torneira da pia e trocar um filtro de óleo. Então, vá em frente e ensine os garotos a esfregarem o chão e as meninas a cortarem o gramado.

447. BARALHO DE CARTAS
Pegue um baralho velho e utilize as cartas sem figuras, as quais possuem mais espaços para a escrita; escreva em cada uma (com uma caneta hidrocor ou lápis de cera) uma tarefa que precisa ser feita semanalmente. Deixe seus filhos sugerirem alguns serviços que acham que devem ser cumpridos. Então, misture as cartas e as distribua. De acordo com a idade das crianças, talvez você queira repartir mais aos pais ou aos mais

velhos. Não há problema em trocar de carta se a outra pessoa estiver disposta. Cada um da família tem uma semana para cumprir as tarefas de suas cartas. Redistribua para a próxima semana; isto fornece diversidade aos pequenos serviços domésticos.

448. AFIXAR UM AVISO
Quando você tiver uma tarefa *especial* que precisa ser feita, "avise" na porta da geladeira ou em outro local visível. Descreva o serviço de forma resumida e a recompensa ou pagamento por ele. Incentive os outros a afixarem um aviso quando tiverem algo que desejam realizado. Claro, a maior parte dos serviços não precisam ter pagamento ou prêmio, além de um enorme "Muito obrigado!"

449. DEVO-LHE
Uma vez que todos possuem diferentes gostos e habilidades, deixe cada membro da família escrever um "devo-lhe" para uma tarefa especial que está disposto a fazer: lavar o carro, tirar o pó das estantes de livro, pôr lenha na lareira, levar a roupa à lavanderia, arrumar a cama, arranjar as flores, servir um lanche, jogar uma partida, esfregar as costas. Faça com que cada pessoa escolha um destes "devo-lhe", que ela possa pedir seu cumprimento em um período razoável.

450. TROCA DE FAVORES
Quando uma pessoa da família está ocupada, pode pedir à outra para arrumar sua cama ou fazer alguma de suas tarefas assinaladas. Mas, ao receber este auxílio de emergência, deduz-se que ela fará um serviço em troca. É bom saber que os membros da família preocupam se o suficiente uns com os outros para substituí-los durante períodos atarefados. Estes "devo-lhe" podem ser orais ou, melhor ainda, escritos.

451. A PRIMEIRA CAIXA DE FERRAMENTAS
Ao completar três ou quatro anos, dê à criança sua própria caixa de ferramentas. Nos aniversários e Natais seguintes, presenteie com uma de suas ferramentas. A fim de mantê-las corretas, pinte-as com uma cor de identificação para cada criança. Então, quando fizer reparos semanais, a criança estará pronta para auxiliar, primeiro entregando a você a ferramenta certa e observando, depois, usando-a de fato.

452. MINHA CAMISETA DE TRABALHO
Todos gostam de uma roupa especial. Usando uma camiseta velha de cor firme ou uma nova de preço barato e canetas hidrocor não solúveis, crie uma camiseta de trabalho. Primeiro,

deixe a criança fazer seu desenho sobre um pedaço de papel, e depois sobre a camiseta. Talvez ela deseje colocar seu nome nas costas. As gravuras podem ser ferramentas, figuras adesivas, rostos felizes, uma casa com a família traçada na frente, e assim por diante. Os pais também podem ter camisetas personalizadas.

453. MOSTRE COMO SE FAZ

Algumas vezes você precisa mostrar e depois repetir novamente como uma tarefa é feita. Lembre-se, você já arrumou a cama cerca de oito mil vezes mais do que uma criança, então sua arrumação deve resultar bem melhor. Quando demonstrar um serviço para seu filho, resuma em pontos definidos, tais como "Existem duas coisas para se lembrar sobre esvaziar a máquina de lavar louça: carregar apenas um item por vez e ter muito cuidado com facas afiadas no suporte de talheres." Assegure-se de que as crianças maiores mostrem às mais novas como realizar as tarefas. E encontre ocasiões para as menores demonstrarem às outras, também. Paciência no começo livrará *você* do trabalho mais tarde.

PARTE 3: FERRAMENTAS DE TRABALHO

Comece com pré-escolares para ter respeito por boa mão-de-obra. Não basta simplesmente "fazer" o serviço; ele precisa ser efetuado de maneira adequada. O projeto necessita parecer bom, operar com eficiência, e ter um acabamento uniforme. Vivendo numa época de produção industrializada, as crianças devem compreender as qualidades da perícia manual e o orgulho de um trabalho bem-feito. Sua instrução cuidadosa, encorajamento e elogios são fundamentais! Ensinar o uso de ferramentas desmistifica muitos serviços de reparo, e pode economizar dinheiro, também. Aqui está como começar.

454. O ALICATE — A PRIMEIRA FERRAMENTA

Seus filhos podem aprender com segurança a utilizar um alicate para remover pequenas tampas de garrafas, porcas e parafusos, ou para segurar objetos que de outro modo poderiam deslizar de seus pequenos dedos. Pratique com um vidro vazio, um parafuso em um pedaço de madeira, ou puxar um barbante através de uma abertura estreita. Mostre como o alicate nos permite exercer muito mais força do que poderíamos sem a ajuda dele, e como o devemos utilizar com cuidado para não aplicarmos força em demasia.

455. A CHAVE DE FENDA

A lâmina estreita é empregada para soltar ou apertar parafusos. Demonstre seu funcionamento em maçanetas de gavetas, brinquedos, ou outros serviços de reparo. Mostre como segurar

com firmeza a ferramenta pelo cabo, usando a outra mão para guiar e fixar a lâmina. Explique a diferença entre uma chave de fenda comum ou chata usada para parafusos de fenda e a chave Phillips, que serve para parafusos Phillips com uma reentrância na cabeça em forma de cruzeta, comuns no trabalho automotivo. Desencorage o uso da chave de fenda para forçar a abertura de objetos, uma vez que isto entorta e estraga a ferramenta. Faça uma observação especial ensinando seus filhos a nunca correrem com ferramentas ou enfiá-las em qualquer tomada elétrica.

456. O MARTELO FAVORITO

Mesmo a criança mais nova entende a respeito de marteladas e triturações! Mas o martelo é muito mais do que um mero instrumento brusco; seu maior uso consiste em fincar pregos. Ensine como segurá-lo corretamente com os três dedos menores e o polegar em torno do cabo, e o dedo indicador ao longo da haste guiando sua batida. Quando a pessoa bate com o martelo, o dedo indicador aponta direto para o prego. Esta técnica simples pode eliminar muitos pregos entortados. Pratique a mira, batendo de leve e dando uma pancada forte para fincar o prego, e soltando-o com a orelha do martelo. Faça um torneio de colocação de pregos incluindo toda a família. Verifique quem usa menos pancadas, quem fixa o prego mais em linha reta, e quem não perde o prego e não estraga a madeira.

457. SERRAS E MAIS SERRAS

Utilize a serra adequada para cada tipo de material: o serrote para madeira, a serra de acabamento para detalhes finos, a serra para cortar metais. Mostre à criança os diversos dentes pequenos que produzem a ação cortante. Efetua-se o corte com ambos os movimentos de puxar e empurrar. Deve-se manter uma pressão uniforme. Antes de iniciar um projeto, pratique desenhando uma linha para mostrar onde o corte deve ser feito e depois observando como a criança pode fazer um talho reto e preciso. Ao guardar as serras, deixe-as penduradas, a fim de que as lâminas não encostem em metal e fiquem sem fio ou encurvadas.

458. A TRENA

As crianças podem compreender o uso de réguas comuns ou fitas métricas, mas os pais deveriam ensinar o emprego de uma trena longa de metal. Medidas precisas com freqüência são o início de qualquer trabalho de um artífice. Aqui apresentam-se boas lições em leitura, contagem e na adição de centímetros e frações de centímetros. Mostre onde posicionar o lápis contra o modelo e como desenhar uma linha reta e um ângulo reto.

Pratique tirando medidas em volta da casa: o comprimento de uma cama, a largura das escadas, as dimensões da cozinha.

459. BROCAS

Brocas são para dentistas — e artesãos, também. As crianças adoram fazer buracos sem nenhuma finalidade. Experimente com um velho pedaço de madeira. Demonstre como segurar a broca para fazer o buraco no ângulo correto, e como evitar estragos na madeira. Mostre várias puas e como selecionar o tamanho certo e inserir a pua. Se você dispõe de uma furadeira elétrica, adote as precauções de segurança: como ligá-la e desligá-la rapidamente, como fazer a broca descer, como segurar a madeira a ser perfurada, e o uso de óculos de proteção. Ressalte às crianças para nunca ficarem de pé sobre uma superfície úmida quando estiverem utilizando equipamento elétrico.

460. FERRAMENTAS ELÉTRICAS

Revela-se mais indicado para uma criança pequena primeiro aprender a usar ferramentas manuais, e mais tarde passar aos modelos elétricos. Muitas das habilidades são iguais, porém as ferramentas manuais exigem esforço físico, produzem resultados bem mais lentos (erros surgem mais lentamente, também) e permitem a chance de a pessoa observar mais de perto como a ferramenta está funcionando. No entanto, logo seus filhos vão querer utilizar as elétricas que você geralmente usa. Então, no momento certo (quando os garotos tiverem força e bom senso suficientes para não se machucarem), explique como segurá-las e utilizá-las. Mencione as precauções de segurança; pegue as instruções que vieram com a ferramenta e examine as regras de segurança e uso. Enfatize a importância dos óculos de proteção, a fixação da peça, e como desligar a força com rapidez. Faça uma supervisão cuidadosa durante as primeiras vezes que os garotos empregarem o aparelho. Instrua-os se podem usar a ferramenta na sua ausência.

461. INICIANDO UM PROJETO

Quando a criança conseguir dominar algumas ferramentas e se interessar em utilizá-las, trabalhem juntos em um projeto simples, como um banco baixo, uma casa de pássaros ou uma estante. Trabalhem lentamente, deixando a criança realizar o quanto for capaz. A menos que seu filho esteja ansioso, não opere no projeto por mais d.e trinta minutos por vez.

462. OUTRAS FERRAMENTAS E TALENTOS A

ENSINAR

Além do conhecimento sobre ferramentas, seus filhos podem aprender estas habilidades: como trocar uma arruela, como determinar a voltagem correta e trocar uma lâmpada com segurança, como consertar um fio descascado, como utilizar uma bomba de sucção, como estabelecer um circuito partido, como lubrificar uma dobradiça que range. Estas podem parecer tarefas para você, mas os garotos apreciam executar estes projetos! Ensine-os bem, a fim de que possam eventualmente fazê-los para você, e mais tarde para eles mesmos em suas próprias casas.

463. FERRAMENTAS DE LAVANDERIA

Uma vez que a lavanderia estará sempre conosco, é melhor que se torne algo agradável. Compre cinco ou mais cestos de lavanderia baratos ou construa alguns recipientes simples na área da lavanderia. Coloque-os onde toda a família possa alcançá-los. Com palavras (ou desenhos para os não leitores), grude etiquetas nos cestos: lavar e usar, *jeans* e meias escuras, cores vivas, roupas brancas, lavar à mão, ou qualquer divisão que desejar. Convide os membros da família para despejarem a roupa suja sempre que quiserem. (Explique-lhes que os pais não recolhem roupas sujas; se elas não estiverem nos cestos, não serão lavadas). Melhor do que ter o ultrapassado dia da semana para lavanderia, faça um carregamento assim que o cesto estiver lotado. Ensine seu filho mais velho a usar as máquinas e também o emprego da pré-lavagem, de alvejantes e amaciantes. (Mantenha os alvejantes fora do alcance de crianças pequenas). Saliente que o uso indevido de alvejantes pode danificar permanentemente os tecidos. Mostre como ter cuidado com roupas que dispensam passar e a importância de tirá-las da secadora de imediato, a fim de conservar sua boa aparência. Incentive os familiares a lerem as etiquetas com instruções nas roupas *antes* de comprá-las e de novo ao lavá-las.

464. FERRAMENTAS DE LIMPEZA

Uma vez que a limpeza não será por muito tempo um "serviço da mulher", *todos* na família precisam saber como manter uma casa limpa e brilhante. Espanar, varrer o chão, passar o aspirador de pó, esfregadura e polimento necessitam de demonstração. Deixe as crianças escolherem uma tarefa para se especializarem: Chefe de Aspiração (inclui a troca do saco), Mago da Enceradeira, Diretor do Espanador, Presidente do Abastecimento (abastece os banheiros com papel higiênico, sabonete, pasta de dente, toalhas limpas; verifica se as toalhas de papel da cozinha estão instaladas, se canetas e blocos estão em todos os telefones, se os guardanapos constam na mesa, etc.). Mostre o uso de produtos de limpeza específicos

(limpadores, escovas de esfregar, desinfetantes, lustra-móveis), a fim de que seus filhos adquiram confiança em seu trabalho de limpeza.

465. FERRAMENTAS DE COZINHA

Quando seus filhos se interessarem em cozinhar, elabore uma lista de habilidades que eles podem aprender com sua ajuda. Pendure-a por dentro da porta de um armário da cozinha. Mantenha uma lista separada para cada criança, uma vez que as maiores aprenderão mais habilidades. Estas incluem o uso de facas e cortadores, o misturador, o processador de alimentos, a máquina de lavar louça, a disposição dos alimentos, panelas de cozinhar com finalidades específicas, o forno, o forno de microondas, a geladeira e o congelador. Ensine como limpar os aparelhos. Peça para que os cozinheiros deixem a cozinha em melhores condições do que quando a encontraram — um bom lema para todas as pessoas da família.

466. A MÁQUINA DE COSTURA

Este útil aparelho às vezes é um mistério para todos, exceto para a mãe. Comece com instruções simples e um projeto interessante. Não inicie com remendos ou tiras de tecido para praticar; elabore algo na primeira lição. Um saco para bolas ou roupa pode ser feito de um pedaço de pano largo e retangular. Mostre como costurar os lados juntos e coser as extremidades fazendo uma bainha dobrada para passar uma alça. Deixe a criança montar uma camisola simples com dois pedaços de flanela. Costure a frente e as costas junto nos ombros e nas laterais; deixe os buracos para os braços inacabados e faça uma dobra no decote para passar uma fita. Quando a criança começar a costurar seguindo moldes, dê-lhe um arquivo ampliável para marcá-los e classificá-los.

PARTE 4:
TAREFAS CONJUNTAS PARA TODA A FAMÍLIA

O trabalho em equipe pode ser divertido, produzindo um maravilhoso sentimento de união familiar que fornece oportunidades para diálogos, risos e aprendizagem.

467. SEM ERVAS!

Uma ou duas vezes por ano promova uma competição de jardinagem. Use cordas para dividir o gramado. Faça o número de seções correspondente ao número de pessoas da família, mas deixe as partes menores para as crianças mais novas. Mostre a diferença entre as ervas daninhas e a grama. Demonstre como

puxar a erva para arrancar a raiz junto. Então, dê para cada pessoa, um saco e uma divisão do gramado para limpar. Depois de quinze minutos, pare e conte quantas ervas cada um puxou; cada uma vale 1 ponto. A maior e a menor erva valem um ponto extra. Continue em intervalos de quinze minutos, até que o gramado esteja livre de ervas daninhas.

468. A PINTURA

Mesmo a criança mais nova pode ajudar em um projeto de pintura, que pode ser uma cerca ou uma parede. Roupas velhas e removedor de tinta são essenciais. Deixe os garotos mais novos pintarem os locais mais baixos, fora do caminho; faça com que os mais velhos trabalhem sobre escadas; os pais ficam com a parte central. Após selecionar o projeto de pintura, permita que cada um adivinhe o tempo necessário para se fazer um bom serviço. Procure não trabalhar mais do que noventa minutos por vez. Deixe os menores ajudarem na limpeza e arrumação. Fale sobre o uso adequado do pincel, a maneira correta de segurá-lo para que a tinta não escorra através de suas mãos, como evitar respingos, como encobrir determinadas áreas, e como limpar os pincéis. Talvez você queira comprar alguns pincéis pequenos e baratos para as crianças menores. Ao terminar, converse com a família sobre como cada um se saiu e o que poderiam pintar na próxima vez.

469. O ARMÁRIO BAGUNÇADO

Cada participante calcula quantos minutos o projeto levará e escreve seu palpite num papel. Então, todos ajudam a remover o conteúdo do guarda-louça ou do armário lotado. Um lava as prateleiras, um lava o chão, um corta o novo papel de prateleira, e um os coloca. Juntos decidem o que jogar fora e o que guardar em outra parte. Uns transferem aqueles itens e o material de limpeza para seus locais apropriados; outros devolvem o conteúdo. Quem deu o melhor palpite de tempo? Você ficará surpreso com a rapidez com que o serviço foi feito e como se tornou divertido.

470. PILHA DE ADUBO

Folhas, gramas e outros materiais vegetais formam um ótimo monte de adubo e uma boa tarefa para duas pessoas. Primeiro, faça um recipiente cilíndrico com dois metros por um metro e vinte de largura, com tela de arame de cerca. Coloque folhas, gramas e aparas do jardim e de vegetais dentro da gaiola. Quando estiver com 45 cm de profundidade, adicione 5 cm de terra e um punhado de fertilizante nitrogenado. Mantenha levemente úmido e continue a encher o recipiente. A cada semana, misture e agite os componentes. Isto é fácil quando executado sobre uma escada de mão. Em geral, fica pronto em cerca de seis semanas, mas as condições do tempo e os

materiais empregados podem alterar este período. Você saberá que está pronto quando mostrar-se macio ao toque e tiver um odor agradável de terra. É divertido espalhar, e você se sentirá bem ao reciclar os restos da jardinagem.

471. O ENCARREGADO DA PORTA DA FRENTE

A entrada de uma casa pode tornar-se convidativa quando duas pessoas trabalham juntas na ornamentação da porta da frente. Isto pode significar o cuidado semanal e a rega de uma planta na porta, ou o preparo de uma decoração característica da estação do ano para a porta. A cada semana, varra a varanda e os degraus, e tire o pó ou dê polimento na porta principal. Uma vez por mês dê polimento nas ferragens e faça uma lavagem intensa na varanda.

472. UM AMBIENTE POR DIA

Quem disse que a casa deve ser toda limpa em um, único dia? Arrume um ambiente por vez. Gaste apenas vinte minutos dispondo de toda ajuda possível. Uma pessoa retira os objetos que estão sobre os móveis, outra transfere os itens para outros cômodos, outra tira o pó, outra passa o aspirador. Todos percebem como isso pode ser feito com rapidez.

473. SAPATOS BRILHANTES

Ensine a seus filhos sobre o brilho dos sapatos e também incentive uma boa manutenção. Talvez a criança deseje assumir este serviço como uma tarefa regular ou uma especial remunerada. Mas você não pode simplesmente largar as crianças com polidores e sapatos. A bancada de trabalho revela-se um ótimo local para este projeto. Dê as instruções em cinco etapas: 1) espalhe jornais sobre o local de trabalho; 2) limpe a sujeira do sapato; 3) engraxe o sapato, utilizando a cor adequada e polindo as beiradas da sola e o salto apenas se necessário; 4) dê polimento com um pano macio ou uma flanela; 5) limpe e devolva os sapatos ao seu armário.

474. DUPLAS E TRIOS DE JANELA

A tarefa algumas vezes tediosa de lavar as janelas pode até se tornar divertida com o auxílio dos garotos. Trabalhe em uma janela de cada vez, fazendo a divisão do serviço. É fácil verificar se seu trabalho está realmente bom quando você prepara ambos os lados da janela ao mesmo tempo. Quando existem dois operários (duplas), você se ocupa da parte superior da janela, e a criança fica com a parte inferior. Faça isso por dentro e por fora. Quando achar que está limpo, examine o serviço dos outros locais esquecidos. Se houver três pessoas no projeto (trio), fique com a parte de fora e deixe a de dentro para

as crianças, todos trabalhando juntos.

475. UM TRABALHO MOLHADO

A lavagem do carro torna-se divertida quando feita em conjunto num dia quente e ensolarado. Todos vestem-se com trajes de banho e se molham enquanto completam o serviço. Primeiro, passam o aspirador nos bancos, carpetes e porta- malas. Então, ligue a água e deixe uma criança pequena cuidar dos pneus, outra lavar a capota, e outra a carroceria, enquanto outra lava as janelas por dentro e por fora. Deixe que um dos garotos entre no carro e leia um livro em voz alta ou para si mesmo enquanto os outros trabalham. Lembre-se de revezar a posição privilegiada do leitor a cada dez minutos.

476. VAMOS MUDAR

Arrumar a cama pode tornar-se aborrecido; então, tente uma alteração por algumas semanas. Deixe as crianças fazerem a cama dos "velhos" e os pais arrumarem a das crianças. Surpreenda seus filhos colocando um animal de pelúcia debaixo da coberta ou uma mensagem onde ficam os pés. Esteja preparado para encontrar coisas em sua cama!

477. ETIQUETAS DE PROPRIEDADE

Poucos pais gostam de colar etiquetas nos livros. Atribua este serviço a uma criança e faça-a entender que de cada dez livros, um será dela. Deste modo, quando você obtiver o item que está protegendo, ela receberá um item menor também. Mostre como usar uma esponja para umedecer a cola, em vez de molhar com sua língua. Examine o catálogo com regularidade e escolha artigos que ambos apreciam.

478. A CADEIA HUMANA

Carregar os mantimentos, acumular feixes de lenha e realizar tarefas similares pode envolver a família inteira numa cadeia humana, entregando ou arremessando com cuidado os itens de um para o outro, a fim de executar o trabalho com rapidez e ter algum divertimento ao mesmo tempo.

479. DIA DA GARAGEM

Quando o serviço não puder ser adiado por mais tempo, estabeleça o dia oficial da garagem. Até mesmo a criança mais nova poderá ajudar. Retire tudo da garagem. Limpe (varrendo ou lavando) o chão. Deixe os mais velhos sentarem-se sobre uma mesa e separarem porcas e parafusos, arrumando-os nas caixas de ferramentas. Faça prateleiras com tábuas e blocos de concreto. Organize os objetos para reciclagem. Jogue fora ou dê para um garrafeira os artigos que não têm sido usados nos

últimos cinco anos ou aqueles que não apresentam utilidade futura. Para um toque decorativo, pendure *posters* de viagem nas paredes. Antes de guardar o carro novamente, monte uma mesa com cadeiras e sirva um lanche neste elegante ambiente!

PARTE 5:
TAREFAS CONJUNTAS PARA PRÉ-ESCOLARES

Trabalhar *junto* a uma criança pequena permite que você cumpra suas tarefas e ainda aproveite sua companhia. Nesta idade, o trabalho é realmente divertido. Não se esqueça de elogiar o bom trabalho, e comentar mais sobre o que foi feito do que sobre o que não foi. Por que não aplaudirmos a nós mesmos depois de cada tarefa?!

480. CESTO DE LIXO

Mostre onde estão os cestos de lixo pela casa, omitindo aqueles que possam conter objetos perigosos dentro. Então, forneça ao trabalhador um saco plástico grande e peça-lhe para descarregar o lixo nele. Esclareça que ele deve despejá-lo e não recolhê-lo, para o caso de objetos cortantes entre as sobras. Ele não precisa carregar o saco; pode apenas arrastá-lo pela casa. Ajude-o a colocar seus achados em uma lata de lixo.

481. PIAS

É divertido brincar com água; portanto, execute o serviço de limpeza das pias dos banheiros ao mesmo tempo. Você precisará de um pequeno banco ou uma caixa resistente, uma toalha velha, e uma esponja ou escova. Mostre ao seu operário as pias a serem limpas. Na primeira vez, demonstre como ligar e desligar a água, esfregar, e secar com a toalha. Ao mesmo tempo, você pode limpar o resto do banheiro ou trabalhar por perto.

482. LAVANDERIA LITERÁRIA

Mostre como reunir itens simples. Transforme o período de lavanderia num tempo para ouvir histórias infantis gravadas em disco ou fita cassete. Pegue emprestado da biblioteca algumas histórias em fita cassete e ouça enquanto trabalha, isto faz com que o serviço passe depressa para você e seu filho. Então, recorra aos serviços do "Sr. (ou Sra.) Veloz." Divirtam-se correndo com as pilhas de roupas e distribuindo-as nos locais certos da casa.

483. COMBINANDO A LOUÇA
Os pré-escolares podem participar no esvaziamento da máquina de lavar pratos guardando a louça enquanto você organiza os outros itens. Mostre-lhes os diferentes tamanhos de garfos e colheres, e como ter cuidado com facas. Eles aprendem com rapidez a colocar os garfos pequenos com os garfos pequenos, as colheres grandes com as de igual tamanho, e assim por diante. Este serviço lhes fornece um bom sentido de realização.

484. O ASPIRADOR MANUAL
Aspiradores pequenos são ideais para crianças pequenas! Deixe seus pré-escolares encarregados de certos serviços de aspiração que empreguem o aspirador manual: o carro, a cama do cachorro, grandes cadeiras, nos rodapés em torno do ambiente. Explique primeiro as práticas de segurança, claro.

485. O BRINQUEDO QUEBRADO
Quando um brinquedo pode ser reparado, deixe o dono participar no serviço de conserto. Isto faz com que a criança se torne mais cuidadosa e apreciadora de seus pertences, e lhe dá a satisfação de saber como consertar objetos.

PARTE 6:
TAREFAS CONJUNTAS PARA ESCOLARES DO 1.° GRAU

Trabalhar *com* um escolar do primeiro grau lhe dá oportunidades para conversar e também permite à criança apreciar a quota de trabalho requerida para tornar a casa um local agradável. Dê mais responsabilidade neste ponto e também não se esqueça de elogiar os trabalhadores eficientes e dispostos!

486. QUE PISO BRILHANTE!
Quando for época de lavar e dar brilho no chão da cozinha, monte uma equipe com um dos pais e uma criança. Divida o serviço: remover as cadeiras e a gamela do cão, tirar fora o balde, detergente, polidor e vassoura, usar o esfregão ou rodo, colocar a cera e espalhá-la. Ou então, você pode separar o ambiente ao meio e ver qual das metades ficará mais brilhante. Você achará que os garotos estão menos aptos a deixarem rastros de lama ou água sobre o chão após terem participado da equipe de limpeza.
487. PELE DE BÚFALO
Quando o chão precisar de polimento, deixe os garotos se transformarem em búfalos humanos! Talvez você queira se

juntar a eles. Cada pessoa pega uma toalha para deitar-se sobre ela e uma luva sem dedos para cada mão. Todos fogem pelo chão, usando as mãos apenas para dar impulso. Joguem o "Sigam o chefe", percorrendo as bordas da sala. Brinquem de "pegador" e você verá o quão rápido os búfalos executam a tarefa.

488. O INVENTÁRIO

Elaborar um inventário doméstico pode resultar em algo educacional e divertido, e também muito útil. Em um caderno grande, anote a maior parte dos itens de cada ambiente. Um dos pais talvez saiba o valor aproximado de cada objeto, mas deixe que as crianças suponham o valor. Isto contribui para que elas entendam o custo da mobília e artefatos da casa e outros itens preciosos. Trabalhe com clareza, date o inventário e permita que a criança assine como responsável. Tire fotografias dos artigos de valor e classifique-as para juntar ao inventário. Guarde-o numa caixa à prova de fogo ou em outro local seguro.

489. TORAS EM ARCO-ÍRIS

Este projeto, realizado por um dos pais e uma criança, fornece entretenimento para a família toda. Primeiro, enrole folhas de jornal bem apertado e amarre em rolos compridos. Em seguida, mergulhe-os por no mínimo uma semana nesta solução: para cada galão de água adicione 1 xícara de sal e 1 colher (de sopa) de sulfato de cobre (disponível em farmácias). Seque por completo as toras e então aprecie as brilhantes chamas verdes e azuis durante horas.

490. BANDEIRA EM LUGAR DE HONRA

Com a ajuda de seu filho, providencie um local para pendurar a bandeira brasileira. Você pode fazer uma estaca e enterrá-la no cimento, ou anexar um suporte de mastro à casa. Leia a respeito da história de nossa bandeira, quando hasteá-la, maneiras de arrumá-la, como cuidar e as regras de cortesia e respeito. Deixe as crianças trabalharem juntas durante uma semana como colaboradoras honorárias, levantando, abaixando e dobrando a bandeira. Considere a possibilidade de iluminá-la com refletores para que possa ser erguida à noite.

491. MEDIÇÃO

Você pode ensinar a um garoto como medir sem o auxílio de uma régua ou trena. Isto revela-se útil em muitas tarefas domésticas e durante as compras. Meça seu polegar e o da criança, desde a articulação inferior até a ponta do dedo. Isto fornecerá uma medida em centímetros à mão, muito prática. Faça o mesmo da ponta dos dedos até o cotovelo. Depois, meça

o comprimento de seu passo desta maneira: usando uma corda de 6 m ou uma trena, assinale 60 m ao nível do chão ou na calçada. Caminhe pelo percurso várias vezes, anotando quantos passos você dá. Se cobrir o trajeto em cem passos, o comprimento de seu passo será de 60 cm. Agora, você poderá empregar esta medida para calcular distâncias, simplesmente contando passos. Meça alguns itens domésticos comuns, utilizando apenas dedos, braços e passos.

492. SACHÊ À MODA ANTIGA

A fim de manter os armários frescos, mostre às crianças como preparar estes aromatizantes perfumados. Eles também constituem ótimos presentes. Para cada um você precisará de 1 maçã descascada finamente, muitos cravos-da-índia inteiros, 3 colheres (de chá) de canela, 3 colheres (de chá) de araruta em pó (disponível em farmácias), uma fita e algum envoltório de plástico. Talvez você queira comprar uma certa quantidade de cravos-da-índia num supermercado. Comece com o pecíolo final da maçã e introduza fileiras de cravos-da-índia o mais próximo possível até que a fruta esteja coberta por completo. Então, role-a sobre a canela e a araruta, embrulhe-a num envoltório plástico e deixe ficar por duas semanas, Por fim, retire o pó e amarre-o numa fita, formando uma alça para que o sachê possa ser pendurado em um armário ou banheiro.

493. UM MESTRE-CUCA DE FIM DE SEMANA

Primeiro, fale a respeito dos elementos de uma refeição nutritiva. Então, deixe seu trabalhador preparar o almoço para a família inteira a cada sábado ou domingo durante um mês. Incentive a criatividade e lembre-se de comer o que lhe foi apresentado! Durante a refeição, converse sobre boa alimentação, para que você possa comprar os alimentos certos para as semanas seguintes.

494. O ENCARREGADO DA MERENDA ESCOLAR

Ao fazer as compras no supermercado, obtenha provisões de lanche para a semana: sacolas, pão e recheios, frutas, requeijão, bebidas, guardanapos. Então, num domingo, deixe o encarregado da merenda escolar preparar, embalar e congelar todos os sanduíches para a semana. Inclua tudo, desde uma salada de atum até manteiga de amendoim e geléia. Não adicione alface antes do tempo. Depois, de manhã nos dias de escola, o trabalhador rapidamente coloca os elementos do lanche em cada sacola ou lancheira.

495. CAÇADA DE INSETOS

Uma vez por mês, forneça um pote ao seu auxiliar e juntos procurem insetos pelo interior e pelo exterior da casa. Tentem

encontrar formigas, aranhas', vermes, gorgulhos minúsculos sob as folhas e insetos voadores. Coloque os besouros no recipiente e identifique-os. (Talvez você precise levá-los a uma casa de jardinagem a fim de descobrir se são inofensivos ou prejudiciais). Para os besouros nocivos, converse sobre a importância da limpeza e o uso de inseticidas e outros métodos de segurança desencorajando-os. Se empregar inseticidas, lembre-se de explicar a necessidade de uma aplicação cuidadosa, e mantenha-os fora do alcance de crianças.

496. PREPARADOR DE CARDÁPIO
Planeje uma semana de refeições com o auxílio de seu filho, permitindo que ele inclua suas preferências. Deixe-o elaborar uma lista de compras para estas refeições e ajude durante a compra. Verifique a etiqueta de preço e ache os itens mais caros e mais baratos. Decida se existem boas alternativas para os alimentos caros. Deixe que outra criança colabore na semana seguinte.

PARTE 7:
TAREFAS CONJUNTAS PARA ADOLESCENTES

Em poucos anos este jovem poderá estar vivendo por conta própria, portanto, eis aqui uma oportunidade para boas tarefas em comum e bons diálogos. Enfatize a alegria da realização e a importância da experiência. Não se esqueça de elogiar muito!

497. ARMÁRIOS COM ETIQUETAS
Usando os populares rótulos adesivos, coloque etiquetas nos guarda-louças, nas gavetas e armários que precisam de limpeza. Talvez você queira oferecer um pagamento por este serviço: vinte e cinco centavos por uma gaveta, cinqüenta centavos por um guarda-louça, e assim por diante. Por exemplo, escreva na etiqueta: "Limpar para a próxima segunda- feira por 35 centavos". O plano funciona desta maneira. O trabalhador remove tudo, lava a área, mede e corta um novo papel de prateleira se necessário. Um dos pais classifica os artigos, desfazendo-se daqueles que não são úteis. O pai e a criança juntos recolocam o conteúdo no armário.

498. EQUIPES
Forme um time com uma criança pequena e um adolescente para preparar sanduíches, lavar o carro, limpar um cômodo da casa ou juntar folhas no jardim. Isto permite que o mais velho aprecie o mais novo, promove diálogos, e dá ao maior a oportunidade para aprender a ser um bom co-trabalhador

enquanto também “encarregado” com paciência e demonstrando juntos como uma equipe, converse com cada um individualmente, forme um time de três pessoas. Se precisar ter um encarregado pelo grupo, não se esqueça de revezar esta responsabilidade.

499. ESCRITÓRIO NO SÁBADO

Algumas vezes um dos pais precisa ir ao escritório no fim de semana. Leve consigo um adolescente, explique o compromisso que torna a sua ida necessária, mostre como destrancar e entrar, diga-lhe quem mais poderá estar lá e como agir no escritório, e saliente todas as áreas fora de seus limites. Dê ao garoto alguma ocupação interessante que possa realizar (cálculos, arquivar) e algum serviço de rotina, como tirar cópias e reunir livros. Permita-lhe alguma liberdade para examinar o local. No caminho de casa, converse sobre seu trabalho e sobre os objetivos profissionais de seu filho.

500. A EQUIPE SURPRESA

Quando se planeja qualquer surpresa familiar, como um bolo de aniversário escondido ou uma festa surpresa, monte uma equipe com seu adolescente. Explique porque você está mantendo segredo e como fazê-lo. Deixe-o ajudar com as compras, apanhe o bolo e junte-o ao engodo montando um evento artificial como um disfarce para a surpresa.

501. O HISTORIADOR DA FAMÍLIA

Hoje em dia os adolescentes demonstram grande interesse por suas raízes. Deixe que seu filho trabalhe com você para reunir a história da família através de fotografias e palavras. Volte no tempo para se lembrar de viagens especiais, casas da família, realizações fora do comum e acontecimentos engraçados. Ajude o historiador a fazer cópias da história da família para cada parente. (Ver o capítulo 8, parte 9, para mais idéias a respeito da preservação da herança de família).

PARTE 8: INCENTIVOS E EMPRESÁRIOS

Estas idéias encorajam seus filhos para que cumpram tarefas e pensem em maneiras de auxiliarem a si próprios — o início do espírito empresarial!

502. MÁXIMAS SOBRE O TRABALHO

À cada mês, coloque no quadro de avisos um lema estimulante ou engraçado. Faça com que os garotos estejam atentos para lemas e deixe-os redigir os avisos. Para dar início, aqui estão

algumas máximas para os primeiros meses: 1) "Desejar quase nunca se torna realidade, mas desejar e trabalhar quase sempre o faz". 2) "Não há limite para o bem que você pode fazer, desde que não se importe sobre quem levará o crédito". 3) "Diamantes são apenas pequenos pedaços de carvão que se apegaram ao seu trabalho". 4) "Pegadas nas areias do tempo não são feitas quando se fica sentado". 5) "Quando tudo é dito e feito, algumas vezes é mais dito do que feito". 6) "Nunca brigue com um porco — ambos ficarão sujos e o porco adorará isso". 7) "Se na primeira vez você falhar, tente de novo. Se na segunda falhar, vá brincar por um tempo, e então tente outra vez". 8) "Por que nunca há tempo para fazer algo certo, mas há sempre tempo para fazer de novo?" 9) "Experiência é o que você consegue quando não conseguiu o que queria".

503. PRECISA-SE DE TODOS

Encontre numa revista ou em um jornal a fotografia de uma casa, uma família ativa, ou outra cena agradável. Monte-a sobre um pedaço de cartolina e depois corte em tantos pedaços quantos forem os membros da família. Presumindo-se que cada pessoa tenha poucas tarefas diárias, diga para cada uma que ao terminar suas obrigações, ela deverá prender no quadro de avisos a sua parte da gravura. À medida que os outros acabam seus serviços, adicionam as partes ao quadro. É preciso que todos terminem a fim de se obter a fotografia completa. Deixe seus filhos procurarem gravuras adequadas para trocá-las a cada semana.

504. O TEMPO ESTÁ BOM

Em pedaços separados de papel, faça o desenho de um tubo de termômetro para cada pessoa da família. Pinte de vermelho a bola inferior e divida o resto do tubo em sete partes, para os dias da semana. Pregue estas figuras lado a lado no quadro de avisos, junto com uma lista de quem faz quais tarefas domésticas. Quando uma criança ou um adulto cumpriu seus serviços designados para o dia, ele preenche uma parte do seu termômetro com uma caneta vermelha. Isso mostra a seus filhos que eles não são os únicos trabalhadores e que algumas vezes os pais também não realizam tudo. Antes de prosseguir com o próximo dia de trabalho, termine as tarefas do dia anterior e preencha aquela parte do termômetro.

505. GRAVURAS DE FERIADOS

"Operários" menores respondem ao incentivo de uma gravura da estação que eles podem acrescentar ao quadro de avisos depois de terem acabado suas tarefas domésticas. Por exemplo, para o mês de junho, coloque sobre o quadro de avisos um

cupido e recorte um estoque de corações. Para cada serviço feito, a criança pode pregar um coração com seu nome e a tarefa realizada. Empregue temas diferentes, adequados ao mês: para janeiro, o desenho de uma praia ensolarada com guarda-sóis para adicionar; para fevereiro, pequenas máscaras para serem pregadas sobre cartolina branca representando um salão de baile de carnaval; para a Páscoa, um cesto de papel e ovos de papel para afixar em cima; para maio, uma árvore com folhas cor de laranja para acrescentar; para setembro, uma bandeira brasileira com estrelas para pregar no centro; para outubro, uma cesta com várias bolas coloridas para colocar em cima: para dezembro, uma árvore de Natal com ornamentos para pendurar.

506. ENVELOPE-SURPRESA

Empregue diversos tipos de envelope para esta idéia. Escreva em pedaços separados de papel trinta atividades variadas que seus filhos apreciam: um passeio no parque, sorvete depois do almoço, acordar meia hora mais tarde, um banho de espuma, telefonar para a vovó, pegar o carro da família emprestado por uma noite, ir a um cinema e jantar fora. Coloque os papéis em envelopes separados, lacre-os e deixe-os num cesto. A primeira criança a terminar suas tarefas diárias poderá escolher e abrir um envelope. À medida que o mês prossegue, os garotos podem negociar os envelopes. A criança pode pedir a recompensa em um momento de comum acordo.

507. OBJETIVO COMUM

Decida-se a respeito de algo que a família inteira gostaria: um pequeno barco, uma viagem no fim de semana, um novo aparelho de som. Estabeleça um objetivo de um a quatro meses para ganhá-lo desta maneira: dê a cada criança três tarefas para fazerem por dia e três adicionais para o fim de semana. De acordo com o número de participantes e o custo do objetivo, atribua uma quantia monetária a cada tarefa. Por exemplo, diga que está economizando para um aparelho de som de R$ 200 que a família apreciará. Você tem dois filhos; cada um realiza três tarefas por dia e três extras por fim de semana. Isto resulta em possíveis 48 tarefas por semana, para as quais você contribui com cinqüenta centavos para cada uma executada. Quanto mais tarefas cumpridas, mais rápido o objetivo será alcançado. Você pode manter um controle da soma montante em uma tabela, ou de fato colocar o dinheiro num recipiente lacrado. O orgulho próprio de realização, pressa igual e incentivo do adulto combinam para que o trabalho se efetue. Os pais também deveriam estabelecer tarefas para si próprios, a fim de que sua participação fosse mais do que simplesmente fornecer o dinheiro!

508. O QUE ESTA CASA PRECISA É...

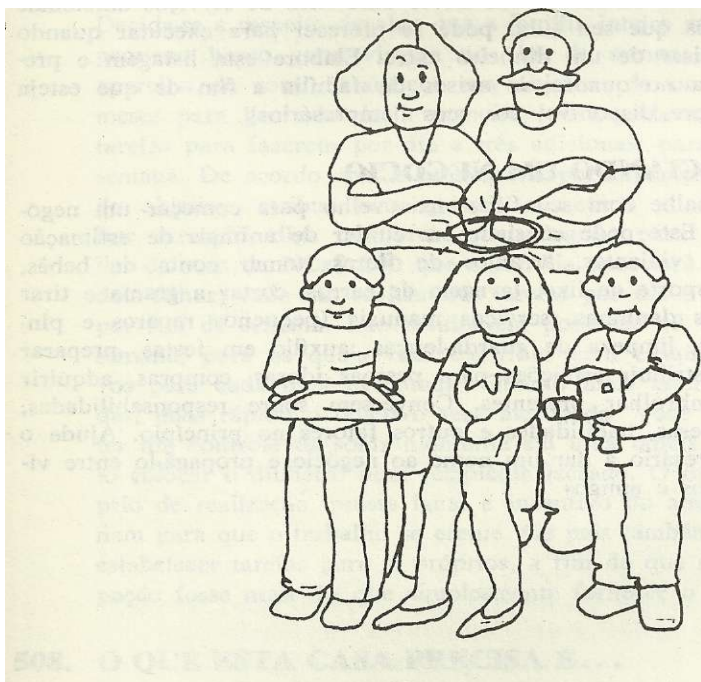
No início do verão, promova um diálogo familiar sobre algo que a casa necessite: um pátio, uma nova pintura na porta da frente, almofadões para a sala de estar, melhor armazenagem para jogos ou brinquedos. Deixe que todos contribuam com idéias para melhorias em sua residência. Escolha quais as mais importantes. Trabalhem juntos para executá-las, mas também permita que um disposto filho mais velho assuma a responsabilidade de fazer algo por conta própria.

509. PAGAR OU NÃO

Encare isto: o dinheiro quase sempre é um incentivo. Toda criança com cerca de cinco anos deve ter uma mesada que apenas cubra suas despesas e também permita pequenas economias para presentes à família ou um divertimento especial. Porém a mesada não deve ser tão grande a ponto de permitir extravagâncias. As tarefas diárias regulares designadas à criança são feitas sem pagamento, como parte da vida familiar. No entanto, pode haver uma lista de serviços adicionais pagos que seu filho pode se oferecer para executar quando precisar de um dinheiro extra. Elabore esta listagem e pregue-a no quadro de avisos da família a fim de que esteja sempre disponível aos seus "empresários".

510. INICIANDO UM NEGÓCIO

Trabalhe com seu filho mais velho para começar um negócio. Este pode consistir em cuidar de animais de estimação para viajantes, arranjos de flores, tomar conta de bebês, transporte de lixo, lavagem de carros, cortar a grama e tirar ervas daninhas, serviços manuais (pequenos reparos e pintura), limpeza de guarda-louças, auxílio em festas, preparar e distribuir refeições para pessoas idosas, compras, adquirir e embrulhar presentes. Conversem sobre responsabilidades, despesas, habilidades e outros fatores no princípio. Ajude o empresário a dar um nome ao negócio e propagá-lo entre vizinhos e amigos.

SETE
SITUAÇÕES ESPECIAIS

Os acontecimentos fora do comum com freqüência ressaltam o melhor tanto dos pais como dos filhos, à medida que interagem em circunstâncias que requerem persistência e criatividade.

Parte 1 : Quando é sábado de manha e você quer dormir!

Parte 2: Quando você está recebendo visitas — o que fazer com as crianças?

Parte 3: Quando uma criança precisa de atenção especial

Parte 4: Quando uma criança precisa ser disciplinada

Parte 5: Quando é tempo de discutir sobre drogas

Parte 6: Quando uma criança não se sente bem

Parte 7: Quando há morte na família

Parte 8: Quando os pais precisam se ausentar

Parte 9: Quando a TV tenta se apoderar da criança

PARTE 1:
QUANDO É SÁBADO DE MANHÃ E VOCÊ QUER DORMIR!

511. BRINQUEDOS DE SÁBADO

Com o auxílio da criança, separe uma caixa com brinquedos realmente interessantes e coloque-os fora da circulação diária. Na sexta-feira à noite, depois que seus filhos estiverem dormindo, disponha-a para a brincadeira na manhã seguinte. Arrume sobre a mesa da cozinha os cereais, frutas e pratos para o café da manhã das crianças, para que possam se servir com facilidade. Quando você acordar e estiver pronto para trabalhar em conjunto, faça com que abandonem os brinquedos e

devolva-os para uma estante alta. Mude os brinquedos a cada mês aproximadamente.

512. CASA DE MESA DE JOGO

Deixe uma mesa de jogo e um lençol velho na área de diversões. Na noite anterior, diga às crianças que elas podem montar uma casa de brinquedo colocando o lençol por cima da mesa de jogo. Proponha que façam dela um iglu, uma caverna, uma escola — qualquer local que escolherem. Deixe lápis de cera ou canetas hidrográficas coloridas para decorar o lençol e tesouras cegas para cortarem as janelas ou portas. Esta atividade pode se tornar tão querida que você precisará providenciar um segundo lençol.

513. PISTAS NO SÁBADO

Usando cartões de 7,5 cm por 12,5 cm, faça desenhos de caça ao tesouro (você pode utilizá-los por muitas vezes). Deixe que as pistas incluam os vários itens que você quer que seus filhos realizem: no chão perto da cama da criança, coloque um quadro de uma boca com dentes, o que significa escovar seus dentes. Na pia, coloque uma gravura de um cão comendo, que quer dizer alimentar o cachorro, No saco de comida do animal, ponha o seguinte cartão: uma estampa de uma cama, significando fazer sua cama. Continue com as gravuras de um prato de cereais, roupas, um livro — qualquer atividade que seu filho possa fazer sozinho em segurança. Cada vez que usar os cartões, ponha-os numa ordem diferente e acrescente um novo. Cerca de dez pistas lhe darão uma hora de sono adicional.

514. VÍDEO APENAS NO SÁBADO

Como você sabe que seus filhos não ficarão assistindo programas aborrecidos de TV e comerciais, providencie um bom filme de videocassete para ser visto. Instale-o na noite anterior, facilitando para que as crianças o liguem. Ponha uma pilha de ocupações e jogos no chão em frente à TV, assim as crianças poderão fazer duas coisas ao mesmo tempo.

PARTE 2: QUANDO VOCÊ ESTÁ RECEBENDO VISITAS — O QUE FAZER COM AS CRIANÇAS?

A resposta é incluí-las nos preparativos e também fornecer-lhes atividades para quando os convidados estiverem em casa.

515. A CONTAGEM REGRESSIVA

Faça duas listas. A primeira referente a tudo que deve ser feito antes da recepção: ter a casa arrumada, colocar a mesa, arranjar as flores e os jogos, fazer vários pratos. Pergunte às crianças em

quais destas gostariam de ajudá-la para completar a tarefa com êxito. Efetue muitas destas no dia anterior à festa e as outras na manhã do evento. Então, elabore uma segunda lista: a contagem regressiva para a hora da reunião. Esta lista será o cronograma de tarefas obrigatórias durante as duas últimas horas que antecedem a festa. Ela pode parecer desta maneira:
4:00 — Colocar o bolo de carne no forno.
4:15 — Banho das crianças, com uma história.
4:45 — Vestir-se parcialmente, com a ajuda das crianças.
5:15 — Mexer a salada enquanto as crianças tomam um jantar leve.
5:25 — (Ou mais cedo) Retirar o bolo de carne.
5:30 — Terminar de se vestir enquanto conversa com as crianças sobre comportamento em festas e convidados.
5:45 — Trazer os aperitivos preparados e colocar o pão no forno.
5:55 — Ligar o microondas para os vegetais; colocar gelo nos copos.

Em seguida, atente para o que deve ser feito durante a hora de comer os antepastos: cortar a carne, pôr outros itens no aparador, despejar a água. Esta contagem regressiva tira as controvérsias do trabalho nos últimos minutos e faz as crianças se sentirem envolvidas na recepção familiar.

516. MINI-REUNIÃO
Antes que os convidados cheguem, alimente as crianças. Enquanto prepara o jantar, separe algumas porções pequenas para elas. Pergunte-lhes como gostam das comidas para a reunião. Talvez você ache que o arroz precisa de mais tempero ou que o bolo requer mais chantili. Se não for possível que elas testem o jantar, prepare-lhes uma refeição simples, tal como macarrão com queijo e salada de frutas. Surpreenda seus filhos deixando-os fazerem sua janta em pratos de porcelana.
517. O VALETE
Quando estiver se arrumando para sua festa ou para sair, deixe que uma criança seja sua ajudante. É instrutivo para ela ver como o pai escolhe sapatos que combinam com a roupa ou quais jóias e cosméticos a mãe escolhe para combinar com o vestido. Deixe-a colaborar trazendo-lhe determinados itens. Isto dará a você a oportunidade de conversar antes de um período de separação.

518. O PORTEIRO
Permita que seu filho maior seja o porteiro oficial, cumprimentando os convidados, pegando seus agasalhos e levando-os para dentro da sala de estar ou de visita. Pratique

com os mais novos e dê algumas sugestões sobre o que devem dizer. Se possível, deixe que se vistam de acordo com os convidados: *jeans,* terno, roupa de festa, traje típico.

519. O COPEIRO

Enquanto as bebidas estão sendo servidas pelos garotos maiores ou por um dos pais, deixe uma criança pequena servir os queijos e bolachas. Se uma criança ajudou a preparar os antepastos ou já os experimentou e sabe qual o seu sabor, pode facilmente recomendá-los aos convidados. Os mais velhos podem recolher e limpar as sobras e colocar os copos na lava-louça. Você pode "contratar" as crianças com um retardamento no horário de dormir, para executarem toda a arrumação. Isto permite que ganhem um pouco de dinheiro enquanto deixa você livre para apreciar seus convidados e depois descansar.

520. **VISTOS, NÃO OUVIDOS**

Quando sua festa não for um evento familiar, trabalhe previamente com seus filhos para preparar-lhes uma noite interessante. Um livro surpresa da biblioteca, um novo recorte de um livro de atividades, uma lista curta de programas de TV aprovados, um jogo para brincar ou um filme de videocassete — isto preenche o tempo até a hora de dormir. Faça uma pequena lista de possibilidade. Uma criança maior pode se encarregar das atividades para a hora de dormir. Deixe os maiores se revezarem nesta função para que não aborreçam você com desentendimentos. Para uma festa muito especial, deixe um parente ou uma criada se encarregarem. Lembre-se de dizer a seus filhos que você deseja falar sobre sua festa pela manhã e também quer saber o que fizeram. Elogie a boa cooperação e o bom comportamento.

PARTE 3: QUANDO UMA CRIANÇA PRECISA DE ATENÇÃO ESPECIAL

521. **MENSAGEM ROSA**

Procure papéis de carta e envelopes de cor rosa-choque (ou qualquer outra cor que chame a atenção). Quando uma criança foi especialmente boa ou cuidadosa, escreva uma mensagem curta e coloque sob seu travesseiro. Os bilhetes cor-de-rosa aumentam a auto-estima de seu filho e quase sempre são guardados e relidos.

522. A SACOLA DE AGARRAR

Mantenha fora de alcance uma sacola com brinquedos baratos ou avulsos que você recolheu. Quando quiser recompensar uma criança, faça-a fechar os olhos, apanhar a sacola e agarrar algo dentro dela. Os objetos podem ser uma caneta hidrográfica, um

ioiô, uma revista infantil, uma carteira para nota, um saco pequeno de doces ou um caderninho de anotações.

523. CHEFE DA HORA DE DORMIR

Se você tiver mais de um filho, deixe que um se encarregue da hora de dormir, escolhendo o último jogo para brincar, a música para a hora de dormir, um lanche, o livro para ler e quantos minutos (de um a quinze) a mais poderão ficar acordados. Isto o fará sentir-se especial.

524. UM BRINDE

Na hora da refeição, proponha um autêntico brinde complementar a uma criança. Fale a respeito de suas qualidades e os bons atos praticados no passado. Brinde com água ou leite tilintando os copos juntos. Lembre-se de não brindar mais a um filho do que a outro.

525. PARTICIPAÇÃO

Às vezes, um telefonema faz com que a criança se sinta extraordinária. Incentive-a a usar o telefone para compartilhar com um parente ou amigo o que ela está fazendo. Não é preciso que tenha feito nada excepcional; o simples fato de estar conversando a faz sentir-se diferenciada. Deixe que seja uma conversa em particular. E, quando um dos pais estiver trabalhando ou fora da cidade, para a criança é muito importante receber um telefonema só para ouvir que você está pensando nela.

526. RETRATO DO "PORQUE SIM"

Faça um esboço rápido da criança e coloque-o no quadro de avisos ou na geladeira. Não se preocupe sobre o quão artístico ele é. Inclua o nome da criança, o cachorro, o barco que ela construiu ou algo que tenha feito recentemente. Ponha uma estrela grande ou a palavra "OBA" no desenho. Todos nos sentimos bem quando nos vemos num quadro!

PARTE 4: QUANDO UMA CRIANÇA PRECISA SER DISCIPLINADA

Atualmente sabemos que existem métodos muito melhores para disciplinar uma criança do que bater nela. A finalidade da disciplina consiste em fazer a criança *pensar* sobre o que fez e como poderia ter agido com mais responsabilidade. Bater não fornece uma boa oportunidade para pensar. Isto simplesmente torna a criança ressentida e a ensina que dar pancadas é o modo correto de agir. Ainda que bater seja uma forma rápida de educação, pesquisas demonstram que na maioria dos casos esta atitude não traz os resultados certos e os pais acabam tendo de bater outra vez. Os meios mais adequados de disciplina podem levar mais tempo a princípio, mas revelam-se melhores para modelar o comportamento.

527. A REGRA DO "SEM E/D"

Quantas discussões das crianças aumentam em agressividade quando uma empurra a outra e esta devolve o empurrão! Estabeleça uma regra contra empurrar e devolver: Sem E/D! Aquela que empurra perde a discussão, não importa o que tenha acontecido antes. Se a outra devolve o empurrão, também perde.

528. O CONTRATO

Algumas crianças reagem a acordos de trabalho ou contratos para mudanças de comportamento. Trabalhe em um pedaço de papel pautado grande. Antes, decida o que você deseja que seu filho faça: melhorar uma nota baixa, parar de brigar com o irmão, chegar em casa na hora certa. Depois, decida o que você fará em troca: cancelar parte de um castigo, devolver um brinquedo favorito confiscado, permissão para dormir mais tarde. (Você deve usar a contribuição do jovem nesta parte.) Então, escreva o acordo como um contrato: "Eu, Paulo Silva, por meio desta prometo que, se minha filha Ana submeter-se ao horário de voltar para casa por um mês, eu continuo a deixá-la usar o carro da família uma noite por fim de semana. Assinado no dia doze de maio de..." Ambos, pai e filha, assinam o contrato, que pode ser simples ou detalhado, de acordo com a idade da filha e a questão. Porém, de certo modo, colocar o tema por escrito com freqüência é suficiente para corrigir o procedimento indesejável.

529. O BANCO DE MEDITAÇÃO

Isto acalma um pré-escolar e faz com que ele comece a ponderar sobre maneiras de achar melhores caminhos para resolver discussões e problemas. Mantenha uma banqueta pequena de degrau ou um banco na lavanderia ou na cozinha. Quando a

criança ficar travessa, sente-a com firmeza sobre o banco e marque o cronômetro de relógio de pulso para alguns minutos. Fale apenas que você deseja que ela pense sobre o que fez e o que deveria ter feito. Fique por perto, mas permaneça em silêncio. Quando o tempo se esgotar, peça-lhe para compartilhar seus pensamentos. Ajude-a a verbalizar o que deveria ter feito. Perdoe e esqueça. Dê abraços e mande-a de volta para brincar.

530. OHASHI

Se você possui um gramado, esta idéia o manterá livre de ervas daninhas e ao mesmo tempo dará à criança um período calmo para pensar sobre os procedimentos errados que ela teve. Usando pauzinhos japoneses de comer — ohashi — e um barbante, delimite um quadrado de 1,80 m de grama. Mostre-lhe a diferença entre a grama e a erva daninha e como arrancar a erva junto com a raiz. Quinze ou trinta minutos de desbaste darão à uma criança de cinco anos ou mais a oportunidade de refletir sobre o comportamento correto.

531. CANTOS OPOSTOS

Quando duas crianças discutem, coloque-as em cantos opostos de um ambiente, cada uma com o rosto voltado para seu canto. Marque o cronômetro de relógio de pulso para três ou cinco minutos de silêncio para que pensem em como podem estabelecer a discussão sem a intervenção dos pais. Em seguida, ainda sem se encararem, deixe-as falar sobre maneiras melhores de enfrentarem o problema. Se elas não puderem resolver por si mesmas, entre com algumas idéias. Você verá que o fato de não se encararem termina o problema de caras provocativas e linguagem corporal que intimida.

532. UMA PEQUENA NOTA

Para crianças que sabem ler, uma mensagem curta às vezes produz mais efeito do que outro tipo de disciplina. Expresse seu desapontamento em palavras simples, dê algumas sugestões de como ela poderia fazer melhor, e incentive-a a pensar sobre o que fez. Tranqüilize-a mostrando que você a ama, não importa o que tenha feito.

PARTE 5: QUANDO É TEMPO DE DISCUTIR SOBRE DROGAS

Atualmente, a porcentagem de crianças acima de dez anos que experimenta drogas, a princípio maconha e álcool, é cada vez maior. Não espere; comece a educação em casa quando as crianças são novas. Lembre sempre a seus filhos que você os

ama demais para permitir mesmo o menor consumo de drogas. Fique alerta, informado, atento, compassivo e, acima de tudo, firme. Têm sido escritos livros completos sobre este tema; estas poucas idéias poderão fazê-lo começar a pensar em como proteger seus filhos.

533. INFORMAÇÃO, POR FAVOR

A comunicação é o seu maior instrumento na guerra contra as drogas. Informe-se primeiro. Telefone para estas fontes a fim de obter informações. Diga a seu filho jovem o que está fazendo e deixe-o participar. Você receberá uma informação autorizada, recente, sobre qualquer caso específico que deseje saber, e com grupos de apoio e conscientização em sua cidade. Converse primeiro, e depois compartilhe com seu filho.

- A.A. — Alcoólicos Anônimos: (011) 227-5601 (SP) Núcleo de apoio: Rua da Consolação, 585 (São Paulo — Capital)
- Tele-drogas — Informações: (011) 262-0672 e 263-9209 (SP) Núcleo de apoio: Rua Paumari, 922 (São Paulo — Capital)

534. O PRIMEIRO DIÁLOGO

Pergunte a seus filhos o que eles sabem sobre drogas. Sem pedir os nomes, indague se eles conhecem alguém que as use. Informe-se se eles sabem porque as crianças consomem drogas ou o que as faz usá-las. Mostre sua desaprovação de modo veemente e inclua alguns casos que você leu. Diga-lhes que fará tudo que estiver à seu alcance para mantê-los livres das drogas.

535. O SEGUNDO DIÁLOGO

Fale abertamente sobre os sintomas do uso de drogas: falta de comunicação com os pais, novas amizades dissimuladas, telefonemas misteriosos, comportamento grosseiro e crítico, aparência desleixada, apatia, notas baixas, cair fora das atividades extracurriculares, necessidade de mais dinheiro, não se sentir bem, olhos vermelhos ou sensíveis à luz, mudanças de humor e entorpecimento. (Estes sintomas em geral estão associados à maconha.) Ressalte que alguns destes sintomas não aparecem de imediato, mas sempre surgem. Fale sobre como estes indícios afetam a vida familiar.

536. DANDO O EXEMPLO EM CASA

Torna-se difícil convencer as crianças sobre os danos provocados pelo cigarro, álcool e outras drogas se os próprios pais as utilizam e às vezes deixam as crianças experimentarem porque acham "engraçadinho". Discutam juntos francamente sobre as drogas que você, os pais de amigos, outros amigos chegados ou parentes usam. Fale a respeito dos grupos que ajudam as pessoas a se livrarem das drogas e o quanto é mais

fácil não se iniciar nelas. Às vezes, as crianças aceitam o desafio de parar com as drogas desde que o pai ou mãe concorde em abandonar seu próprio vício nocivo. Compartilhe os casos cruéis de como a droga causa tremenda infelicidade e encurta a vida.

537. COMECE COM OS PAIS DOS AMIGOS
Uma vez que o uso de drogas quase sempre começa cedo, forme um grupo de apoio quando as crianças ainda estiverem no ginásio. Com a ajuda de seu filho, faça uma lista de quinze amigos e combine um encontro com seus pais. Se possível, passe um filme atual sobre o abuso de drogas. Estabeleça algumas regras de comportamento e deixe que cada família as explique a seus filhos. Encontrem-se novamente duas semanas depois para avaliar seus progressos e então promovam reuniões regulares. Convide novas famílias quando seu filho fizer novas amizades. À medida que as crianças crescem, não fique em guarda, mas também não se deixe levar por negativas do uso de drogas. Diga e ressalte estas palavras: "Se você encontrar meu filho quebrando as regras, diga-me. Eu preciso saber."

538. QUANDO HÁ VICIADOS EM DROGAS ENTRE OS AMIGOS DE SEU FILHO
Dê um passo adiante e inicie um grupo maior de pais. Você pode querer fazê-lo através da organização de pais e mestres da escola. Peça a entidades sociais e de educação para ajudá-lo com informações e oradores. Este grupo de pais pode mais tarde considerar os problemas da juventude, tal como suicídio, estafa dos deveres escolares de casa, empregos, disciplina e freqüentar a universidade.

539. PROCURE AS CAUSAS
Uma conversa particular com uma criança permite que você mostre maneiras de resolver problemas em vez de fugir deles. Uma vez que o aborrecimento freqüentemente leva ao consumo de drogas, o tempo gasto com crianças pelos pais é um fator importante tanto nas noites como nos fins de semana. Incentivar o amor-próprio de uma criança ajuda a combater tanto o uso de drogas como o suicídio (a tendência ao suicídio é uma das grandes causas mundiais da morte de adolescentes). Deixar as crianças envolvidas em grupos comunitários que possuam um bom dirigente adulto pode fornecer atividades salutares, um sentimento de auto-estima e amigos não viciados.

540. RECUPERAR O CONTROLE SOCIAL
Muitos pais tentam agradar as crianças fornecendo um barril de chope ou mesmo drogas para as festas dos filhos. Interrogue os pais sobre o local onde será realizada a festa. Faça duas

perguntas: "Você estará presente durante o tempo todo? Servirá bebidas alcoólicas?" Encoraje outros pais a serem bons acompanhantes, observando para que os filhos não deixem a festa e voltem mais tarde (quase sempre é um sinal do consumo de drogas). Enquanto seu filho se diverte, peça uma lista escrita dos convidados e providencie para que não haja penetras. Manter as festas restritas também ajuda.

541. QUANDO A CRIANÇA ESTÁ VICIADA
Diga a seu filho que a escola e a comunidade vão ajudar, mas

quando chegar no ponto exato, a decisão de abandonar o vício será somente dele. Porém, deixe claro que você fará tudo que puder para ampará-lo. Saliente que as drogas são tão perigosas quanto ilegais. Diga-lhe que, se for preciso, você tirará uma licença no emprego para ajudá-lo, ou o fará entrar num centro de tratamento. Ressalte a seriedade com que encara este vício e como você será firme, porque não deseja que ele se torne um viciado, insano ou que morra. Estabeleça linhas de conduta e persista nelas. Diga-lhe que vai chamar os pais de seus amigos que usam drogas. Você vai separá-lo dos outros garotos. Garantirá sempre que ele esteja na escola ou onde disser que estará. Você trabalhará para descobrir onde estão os traficantes e notificará a polícia. Ameace retirar sua carteira de motorista até que ele fique livre da droga. Retire seus cartões de crédito e faça-o prestar contas de todo seu dinheiro. Você insistirá em saber onde ele está de dia e de noite, com quem e o que estão fazendo. Mostre que está falando sério. Planeje fazer isso tudo por um período de no mínimo sessenta dias e depois reavalie os resultados. Mais do que nunca, ame esta criança e *diga-lhe* isto.

PARTE 6:
QUANDO UMA CRIANÇA NÃO SE SENTE BEM

542. A SINETA
Forneça uma sineta grande a uma criança doente para que ela a toque quando precisar de sua atenção imediata. Se for uma indisposição estomacal, coloque uma "bacia para vômitos" sobre o criado-mudo a fim de ajudar na limpeza. Estes itens dão um sentimento de segurança a seu filho quando você não está por perto.

543. UMA FRONHA ALEGRE
Enquanto permanecer acamada, deixe a criança fazer sua própria fronha especial. Para um local de trabalho na cama, cubra uma bandeja com jornal. Fale sobre o que ela planeja desenhar. Depois, deixe-a decorar uma fronha lisa, com caneta

hidrográfica colorida.

544. TV BARRIGUDA

Quando a criança está com vontade de desenhar, dê-lhe um longo rolo de papel, com a largura de uma caixa de sapatos (ou outra caixa de tamanho similar). Você pode precisar colar várias folhas de papel ou comprar um rolo de papel de embrulho. Peça-lhe para fazer um desenho comprido com seqüência. Pode ter um tema ou contar uma história. Ponha orelhas em ambas as pontas do desenho. Em seguida, corte duas aberturas paralelas bem separadas no fundo da caixa de sapatos. Passe o longo desenho através das aberturas pelo lado de dentro da caixa,

Segurando a orelha, puxe o rolo de papel através das aberturas para mostrar as gravuras. Invente uma história para narrar à medida que os quadros aparecem. Faça isso novamente contando uma história diferente. Mais tarde, seu filho pode querer acrescentar mais quadros à sua TV barriguda.

545. CARTÕES COSTURADOS

Faça-os com cartolina e fios coloridos. Deixe a criança esboçar uma figura simples: um cão, uma casa, ela mesma, uma flor. Com um objeto cortante, você perfura buracos em intervalos ao longo das laterais. Então, utilize o fio colorido e uma agulha com furo largo e sem ponta, ou agulha de crochê para "costurar" o desenho.

546. QUEM ESTÁ NA CAMA?

Enquanto a criança dorme, faça bonecos de papel com lenços de papel, deste modo: faça um chumaço com uma toalha de papel formando uma bola pequena; cubra-a com um lenço de papel (para montar a cabeça) e amarre com uma fita ou um fio na altura do pescoço. Em uma bola, desenhe um rosto e grude um colar ou botões. Em outra, pinte a cara de um animal. Faça mais umas três ou quatro, mas não desenhe nada. Esconda-se na cama da criança. Quando ela acordar e encontrar os bonecos de papel em sua cama, poderá separá-los para fazer surgir um nariz ou desenhar caras nos bonecos em branco.

547. QUAIS AS NOVIDADES

A cada dia que a criança não se sente bem, tente interessá-la numa atividade que a traga de volta à sua rotina normal. Estas podem ser vestir-se para o jantar, fazer alguma lição de casa, dar um telefonema, brincar com o cachorro, ou ajudar o pai com um projeto. Não deixe que os dias de doença se transformem em dias de apenas TV. À medida que ela melhora, traga-a de volta à vida familiar.

PARTE 7: QUANDO HÁ MORTE NA FAMÍLIA

548. UM PARENTE OU AMIGO
Deixe a criança olhar o álbum de fotos ou o livro de recortes que possua retratos do parente que faleceu, para lembrá-la de todos os bons momentos. Fale sobre algo que aconteceu na vida desta pessoa. Então, pergunte se gostaria de fazer um pequeno desenho dela própria com aquela pessoa se divertindo em alguma atividade favorita. Ela pode compartilhar a gravura com um parente da pessoa que faleceu.
549. UMA CRIANÇA
Fale sobre a vida eterna e o fato de que esta criança continuará a viver e ter bastante experiências interessantes. Não diga à criança que seu amigo apenas "foi embora". Seja honesto e use palavras simples e normais. Nas conversas diárias, fale sobre as diversões que tiveram juntos. Procure saber se a escola permitiria que se plantasse uma árvore em memória à criança.

550. UM ANIMAL DE ESTIMAÇÃO
Seja sincero; não diga que o cãozinho fugiu ou foi dormir (assim as crianças terão medo de dormir). Se seus filhos desejam saber o porquê, dê uma explicação. Diga, "Às vezes um bichinho fica doente e não pode mais permanecer onde mora. Isto foi o que aconteceu com o Totó. Mas nós estamos aqui e não estamos partindo." Dê mais alguns detalhes que não sejam mórbidos nem clínicos e responda às perguntas. Seja muito compreensivo. Tranqüilize a criança de que o animal não fez nada de errado. Talvez você queira ajudá-la a organizar um funeral pequeno. Leia Gênesis 1:20-25 e João I 2:25, ou o Salmo 23. Deixe cada pessoa partilhar uma história feliz sobre o cão.

PARTE 8:
QUANDO OS PAIS PRECISAM SE AUSENTAR

551. ENVELOPE
Quando você tiver de se ausentar por vários dias, escreva uma mensagem pequena às crianças para cada dia. Adicione lembretes sobre itens a fazer, como Escotismo, Escola Dominical, tarefas, programas de TV e uma mensagem especial lembrando- os de seu amor e de quanto ficará feliz em vê-las em breve. Date os envelopes para os dias em que você estiver fora e coloque as mensagens dentro. Deixe-os sobre a mesa da cozinha

para que as crianças os abram a cada manhã.

552. A CRIANÇA QUE DEVE PERMANECER SOZINHA EM CASA

Quando a criança fica sozinha em casa desde o término das aulas até que um dos pais que trabalha fora chegue em casa, estas horas podem se tornar aborrecidas e inúteis. Se possível, um pai ou mãe pode telefonar para saber se a criança está no lar em segurança. Às vezes, um programa feito entre um dos pais e o filho ajuda a criança a usar o, tempo em que estiver sozinha de modo produtivo. Por exemplo:

3:00 — Quebra-cabeça e lanche
3:30 — Hora de exercícios e jogos ao ar livre
3:45 — Lição de casa
4:30 — Aquecer o forno e pôr a mesa
4:45 — Ler um livro
5:00 — Assistir televisão (de preferência determine o programa)

Um animal de estimação pode fornecer a companhia necessária e ser importante para uma criança solitária. Uma atividade de grupo para depois da aula também pode ajudar. Se seu filho tem amigos que estejam na mesma situação, lembre-se de convidá-los algumas vezes para brincar, quando você estiver em casa. Às vezes, duas crianças solitárias responsáveis se divertem brincando uma na casa da outra, melhor do que cada uma permanecendo numa residência vazia.

553. SOBREMESA COM PAPAI

(Isto funciona igualmente bem quando a mãe fica fora o dia inteiro e só volta para casa depois do jantar.) Deixe a criança comer a sobremesa sozinha com o pai na sala de estar, sala de jantar ou em algum ambiente sossegado. Conte o que aconteceu enquanto a criança e o pai estavam à distância, saia com ela para um passeio particular. Deixe o papai ler enquanto a criança toma banho e se apronta para dormir. Papai pode dar sugestões sobre o que vestir no dia seguinte, ler a história na hora de dormir e conversar sobre o que poderão fazer juntos no fim de semana.

554. ATIVIDADES SURPRESA

Quando a criança tem que se distrair sozinha por mais de uma hora, prepare cartões de atividades-surpresa. Faça cerca de dez cartões, escrevendo neles algo que a criança possa desfrutar: ler um livro, comer um lanche, ouvir um disco, brincar com um certo jogo. Dobre cada cartão e feche-o com um grampeador. Coloque-os num pote sobre a mesa e diga à criança que poderá puxar um para fora toda vez que se sentir aborrecida ou

solitária. Quando você voltar, converse sobre as atividades que ela praticou.

555. VOCÊ PROMETE?

No caminho do aeroporto, ponha o pai ou a mãe que vai viajar no banco traseiro com as crianças. O pai e os filhos começam as frases com: "Você promete." Uma criança pensará em coisas como: "Você promete telefonar amanhã à noite para nós... mandar-me um cartão postal... trazer-me uma carteirinha de fósforos... pensar em mim quando tomar suco de laranja." O pai pode dizer: "Você promete pensar em mim quando beber suco de laranja... pensar em mim antes de pegar no sono... desenhar uma gravura sobre algo que você fez... ajudar a vovó a preparar os biscoitos... dar um abraço no cachorro."

556. LISTA DAS "COISAS QUE FIZ"

Coloque uma tabuleta com papel pautado na mesa de refeições. Deixe as crianças redigirem uma lista dos feitos importantes de cada dia. Não se esqueça de conversar a respeito quando voltar para casa.

557. TELEFONEMA DE BOA-NOITE

Entre em contato com as crianças por telefone depois do jantar e compartilhe algo que você fez. Fale sobre o que fará quando voltar e lembre-as de *quando* você chegará em casa. Pergunte sobre suas atividades. Faça uma leve insinuação sobre algo que você contará amanhã à noite quando ligar. Isto aumenta a ansiedade pela próxima chamada.

558. MENSAGENS EM FITA CASSETE

Arranje um tempo para fazer mensagens matinais vibrantes para seus filhos. Grave-as e coloque a fita e o gravador onde as crianças possam ouvi-las pela manhã. A fita pode começar com: "Hoje é segunda-feira" e terminar com "Agora desligue o gravador até amanhã de manhã." As mensagens podem ser curtas e um pouco diferentes para cada dia.

PARTE 9:
QUANDO A TV TENTA SE APODERAR DA

CRIANÇA

Se a televisão está tirando o tempo que sua família poderia aproveitar em outras atividades, tente estes métodos para readquirir o controle. Mas lembre-se de que uma filmadora de videocassete constitui um dos bons atrativos da televisão. Agora todos podemos ser diretores e produtores, na medida em que a filmadora de vídeo assume seu lugar na vida familiar, em alguns casos suplantando a filmadora comum. Se você não possui uma, alugue ou peça emprestado antes de comprá-la para verificar se a sua família se divertirá com isto. As atividades que envolvem o uso de filmadoras de vídeo começam no número 563.

559. FAÇA UMA LISTA

Estabeleça um número razoável de horas para ver televisão a cada semana (de dez a doze é o bastante). Então, junto com as crianças, assista todos os programas regulares que elas gostam. Elabore uma lista daqueles que você aprova e explique os motivos de não aceitar alguns. Deixe-as gastar metade de seu período de TV com estes programas. A outra metade pode se destinar àqueles que toda a família aprecia. Procure num guia de programação da TV e escolha os programas que merecem ser vistos. (Um dos melhores modos de ver TV sem exagerar é ligá-la para um determinado programa e desligá-la assim que terminar.) A televisão não deve constituir um cenário de fundo para outras atividades. Coloque a lista onde possa ser vista, olhe para ela a cada mês e mantenha-a atualizada. Recomende-a para as babás, de modo que as crianças não vejam "refugos" quando você não estiver em casa.

560. SAIBA AS NOTÍCIAS

Mas faça isto antes ou depois do jantar. (A TV *durante* o jantar interrompe qualquer boa conversa.) Trinta minutos de noticiário é tudo que você precisa para se manter informado. Fale a respeito dos eventos mundiais com as crianças. Deixe cada pessoa da família escolher um tema para seguir a cada dia da semana. Veja o que há de novidade em seu tópico. Verifique como o jornal oferece muito mais detalhes sobre o assunto. Quando a história acabar, escolha outra para acompanhar.

561. TENTE UMA EXPERIÊNCIA

Por uma semana ou mais, viva como se você não possuísse um aparelho de televisão. Ouça o rádio para obter notícias, histórias e músicas. Utilize o tempo gasto em assistir TV para fazer algo mais interessante, como ter uma noite de jogo "Monopólio" ou um café da manhã de sábado preparado pela família. Veja o quão pouco você perdeu. Quando voltar a assistir TV, provavelmente verá menos programas! Algumas famílias

adotaram o plano de TV apenas nos fins de semana, exceto para os especiais culturais. Encoraje seu filho a descrever esta experiência num trabalho escolar. Deixe-o contar do que sentiu falta, o que fez em vez disso e o que pensa da televisão agora.

562. BLOQUEANDO A TV

Depois que você tiver estabelecido o número de horas semanais de TV que deseja para seus filhos, seja firme em seu propósito. Primeiro, tente desligar a TV assim que o programa terminar. Peça às crianças para que não a liguem, exceto para um programa que conste na lista aprovada. Se isto não funcionar, conte que você vai considerar alguma medida mais drástica. Se eles continuarem a ignorar seu pedido, tenha uma atitude decisiva, como por exemplo, trancando a sala da TV e escondendo a chave. O tempo economizado em ver TV excessivamente ou assistir programas impróprios torna a família mais unida e vale o esforço.

563. UM DIA EM NOSSA CASA

Em um fim de semana, deixe cada membro da família que sabe operar uma filmadora de videocassete gravar atividades do lar: as crianças dormindo, desjejum, trabalho nos projetos, brincadeiras, amigos que chegam, compras, uma excursão, cozinhando o jantar, lendo, jogos, escolhendo um brinquedo, hora de dormir. Olhe para o "dia" e veja se o tempo foi gasto fazendo atividades interessantes ou aborrecidas. Se resultou tedioso, planeje algumas modificações. Grave um programa parecido depois de algumas semanas e verifique se o conteúdo melhorou e também se os garotos progrediram com os ângulos da câmera, movimentos panorâmicos e outras técnicas.

564. ELOGIOS PARA O BOM TRABALHO

Use a filmadora de vídeo para registrar algum detalhe de um plano de trabalho: a construção de uma rampa de *skate,* cortar a grama e plantar, construir uma mureta divisória no quintal ou uma churrasqueira, assar e decorar um bolo especial, lavar e polir um carro. Veja a gravação junto com os trabalhadores e faça muitos elogios.

565. A PRIMEIRA VEZ

Existem muitos eventos de primeiras vezes na vida familiar. Um videoteipe reservado apenas para gravar a primeira vez que algo aconteceu e acrescentado de tempos em tempos torna-se uma memorável visão de lembranças para toda a família. Aqui estão algumas possíveis situações para você arquivar: o primeiro filho, o primeiro sorriso, o primeiro dente, os primeiros passos, o primeiro dia de escola, o primeiro livro que a criança pode ler

sozinha, a primeira vez que anda de bicicleta, saída para a primeira viagem sozinha, o primeiro acampamento, o primeiro vestido de festa ou calça comprida, a primeira ocasião de uso da maquiagem, a primeira dança, o primeiro encontro, a primeira vez que guia o carro. Inclua em cada segmento da gravação um close do dia no calendário para "datar" o acontecimento. Reservar uma fita somente para registrar as "primeiras vezes" da família e acrescentar novos trechos nela é um projeto de muitos anos que você apreciará demais. Quando as crianças crescerem, certamente desejarão uma cópia da fita.

566. REUNIÃO FAMILIAR

Quando visitar parentes próximos ou longínquos, registre imagens deles em primeiro plano e também registre-os em seus lares fazendo suas atividades preferidas. Ver esses teipes dá às crianças um sentimento de proximidade e uma ligação com pessoas que elas nem sempre vêem. Se outros amigos ou parentes tiverem câmeras, troquem entre si sessões regulares de teipes como sinal de boa comunicação. Mais do que tudo, o

teipe ajuda os garotos a lembrarem-se de quem é quem na família.

567. TEMPO DE FESTA

A primeira festa de uma criança (e as seguintes) pode ser gravada em videoteipe. Faça uma lista dos acontecimentos que você deseja registrar e deixe um amigo filmando as cenas sem se intrometer nas atividades. Lembre-se de incluir todas as crianças nas tomadas do teipe. Bem ao final da festa, mostre o filme a todos os participantes, que adorarão ver a si mesmos. (Para idéias sobre festas de adolescentes usando uma filmadora de vídeo, ver capítulo 11, partes 1 e 2.)

OITO
APRENDENDO EM CONJUNTO

Uma vez que se pode aprender muito no lar, não há necessidade de se duplicar o trabalho da escola. É preferível enriquecer a vida da criança abrindo-lhe novas perspectivas. Aqui encontram-se idéias úteis para os pré-escolares através dos anos até o colegial.

Parte 1: Habilidades vitais

Parte 2: Bases para manejar o computador
Parte 3: As três artes
Parte 4: As ciências e os exteriores
Parte 5: Educação cívica e trabalho
Parte 6: Apoio na tarefa escolar
Parte 7: Instrução Religiosa
Parte 8: Ética essencial
Parte 9: Herança de família

PARTE l: HABILIDADES VITAIS

Estas habilidades não estão divididas por idade, embora algumas sejam para crianças menores. Use mesmo as idéias de "mais jovens" para os maiores, a fim de garantir que eles não

deixaram de aprender nenhuma das destrezas.

568. USANDO O DICIONÁRIO

Toda manhã, escolha uma palavra no dicionário e utilize-a durante o desjejum. Deixe que todos da família se revezem para abrir o dicionário e selecionar uma palavra. Empregue-a numa frase. Veja quem pode lembrar-se de usá-la mais tarde naquele dia.

569. USANDO A ENCICLOPÉDIA

Mesmo antes que as crianças saibam ler, incentive a perícia de consultar itens. Proponha revezamentos para trazer um volume à mesa de jantar. Os maiores podem escolher um tópico para ler a respeito. Deixe uma criança menor abrir a enciclopédia ao acaso e apontar para um verbete. Leia os significados desta palavra e veja o que toda família consegue aprender.

570. PENSANDO

Incentive os exercícios mentais; procure algumas publicações sobre este tema, como as da Ediouro, por exemplo, O livro de Reid Daitzman, *Mental Jogging* (Cooper Mental, Marek Publishers, 1980), traz 365 jogos que não possuem respostas certas ou erradas, mas ajudam a aumentar a habilidade em resolver problemas. Um dos exercícios consiste em elaborar uma lista sobre maneiras de se fazer um telefone parar de tocar. Pode haver algumas respostas típicas: atender o telefone; não atender; não pagar a conta de telefone; cortar o fio; reduzir ao máximo o controle de volume do aparelho; explodir a útil companhia; retirar a campainha; ficar surdo; viver numa ilha sem eletricidade; engatar a campainha a uma lâmpada. Com a família, veja quais respostas você recebe pelas seguintes perguntas: Quais são as oito coisas para fazer num quarto escuro? Quais são as cinco frases que você nunca falou para seus irmãos ou irmãs? Quais são as seis frases que você poderia dizer ao nosso presidente? Quais são as sete coisas que não se deve falar a um esquimó?

571. PERCEPÇÃO VISUAL

Utilize estas atividades para exercitar conceituações visuais, isto é, a habilidade de uma criança aprender olhando. 1) Deixe a criança ajudar na lavanderia juntando as meias. 2) Chame a atenção para as cores diferentes de suas camisetas e calças; que cores estão em ambas? 3) Dê-lhe uma certa medida de barbante e mande-a encontrar cinco objetos mais curtos e cinco mais compridos. 4) Quando cozinharem juntos, deixe-a medir os ingredientes. 5) Coloque objetos ou brinquedos no chão Deixe-a organizá-los por ordem de tamanho, e depois agrupá-los por

cores. 6) Quando estiver dirigindo um carro, especifique um objeto, como por exemplo uma árvore, Peça-lhe para encontrar objetos menores e maiores.

572. EXPRESSÃO VERBAL

Tente estas atividades, certificando-se de torná-las divertidas, e não um teste. 1) Aprendam juntos algumas palavras "enroladas". Vejam se podem dizê-las melhor no café da manhã ou antes de se deitarem. 2) Converse sobre objetos familiares: um cãozinho, um brinquedo, uma comida. Peça à criança para dar a resposta não em uma palavra, mas montando uma frase. Então, veja se ela pode pegá-lo quando você não a diz numa sentença. 3) Brinque de "Quais palavras?" Deixe a criança dar respostas simples a estas perguntas: Quais palavras dizem como você se sente? Quais palavras dizem como você parece? Quais palavras dizem qual é o sabor da comida? 4) Leia histórias sem gravuras para desenvolver a imaginação. Contos de fadas ou histórias recentes resumidas constituem bons exemplos. Pergunte a seu filho o que ele "vê" em sua mente quando escuta as palavras.

573. CONSTRUINDO A MEMÓRIA

Tente estes estimulantes cerebrais. 1) O Jogo da Bandeja (diversão para toda a família): Coloque alguns itens sobre uma bandeja. Todos olham para ela; depois, cubra-a. Veja quem pode se lembrar dos objetos. Quando crianças maiores estão participando, coloque até vinte e cinco itens pequenos sobre a bandeja e deixe-as escrevê-las após terem olhado por um minuto. . Isto também constitui uma boa diversão para uma festa. 2) Quando estiver lendo um livro junto com seu filho, abra-o numa página, deixe que ele dê uma olhada rápida e

depois feche o livro. Deixe a criança tentar encontrar a página. 3) Escreva uma lista de cinco ou mais palavras. Na segunda coluna, copie as mesmas em ordem diferente. Deixe uma criança pequena juntar as palavras iguais. 4) Leiam juntos o jornal. Peça a uma criança pequena para procurar nos cabeçalhos três letras que ela conhece. Brinque outra vez procurando quatro ou mais letras.

574. MEMORIZAÇÃO

Pode estar fora de moda, mas ainda é útil e engraçado. Existem itens para memorizar em todas as idades, desde as rimas de infância e orações para dormir até orações religiosas e poesias populares. Deixe cada pessoa da família escolher algo para gravar na memória; o mínimo consiste em duas frases ou quatro linhas de um verso. Ponha uma cópia da escolha a ser memorizada onde seja vista com freqüência: no criado-mudo,

no espelho do banheiro ou no quadro de avisos. Veja quem primeiro fica pronto para compartilhar o trabalho de sua memória. Não comente os erros; aprecie aquilo que cada um adquiriu.

575. COORDENAÇÃO MOTORA

Torne divertidas estas horas de aprendizado: 1) Escreva letras do alfabeto usando pontos e peça para as crianças ligá-los. 2) Deixe a criança praticar cortando com uma tesoura um ziguezague ou uma curva que você desenhou. 3) Faça o desenho de um círculo, um quadrado ou triângulo. Deixe a criança "desenhar" as figuras sobre a mesa ou no chão utilizando um barbante longo. 4) Durante um passeio, deixe a criança andar atrás de você a um certo número de passos, depois a seu lado com um determinado número de passos. Então, peça mudanças mais rápidas: dois passos atrás, quatro à esquerda, um atrás, três à direita. 5) Coloque uma corda sobre o assoalho ou gramado. Faça a criança andar sobre ela, tentando não "cair fora". 6) Sente-se no meio da sala. Faça revezamentos escolhendo algo para a criança apontar. Prossiga cada vez mais rápido, denominando itens de lados diferentes do lugar.

576. **CRIATIVIDADE**

O mundo de hoje inclui refeições congeladas, brinquedos animados, livros sonoros e teclas de computador. Tudo o que uma criança precisa aprender é apertar o botão certo. Junto corn o aprendizado desta útil tecnologia, incentive a criatividade. 1) Dê três brinquedos diferentes à criança, como uma boneca, um caminhão pequeno e um brinquedo musical, e peça-lhe para usá-los *juntos* de modo que seja divertido para ela. 2) Forneça a uma criança maior quatro clipes de papel, uma caneta

hidrográfica colorida e uma folha de papel. Veja o que ela pode criar. 3) Comece uma história sobre uma mulher que deseja ultrapassar uma parede alta de concreto. Pergunte quais métodos ela pode usar. Alguns podem ser: uma corda, uma escada, dez pessoas sentadas umas sobre os ombros das outras, dinamite, uma máquina de terraplenagem, ou apenas dar a volta pelo fim da parede.

577. **TESTE DE ORTOGRAFIA**

Deixe as crianças do nível primário ou secundário e os pais votarem nestas palavras quase sempre soletradas ou escritas de modo errado. Você pode fazer dois times, cada um com um dos pais. As palavras que todos acham erradas são colocadas num cartão de 7 cm por 12 cm na porta da geladeira. (As respostas

encontram-se no final desta parte.) Escolha as que estão corretas:

1. a) de repente	b) derepente
2. a) xícara	b) chícara
3. a) embaraço	b) embarasso
4. a) consenso	b) concenso
5. a) fluorecente	b) fluorescente
6. a) testo (substantivo)	b) texto
7. a) dispendioso	b) despendioso
8. a) geito	b) jeito
9. a) adivinhar	b) advinhar
10. a) majestade	b) magestade

578. SEGUINDO INSTRUÇÕES

Aprender a fazer exatamente o que foi pedido e realizar atividades numa seqüência pode ser desafiante. Pratique dar instruções, dificultando-as cada vez mais. Uma ordem: "Coloque o envelope no lugar do papai na mesa." Duas ordens: "Leve a camisa ao quarto do Paulo e traga-me sua toalha." Três ordens: "Deixe o cão treinar suas proezas, dê-lhe uma recompensa e escove seu pêlo." Quatro ordens: "Escove os dentes, lave o rosto, penteie o cabelo e troque sua camiseta." Depois disso, veja se a criança seguiu suas instruções.

579. TABELA DE "O QUE EU SEI" PARA PRÉ-ESCOLARES

Quando uma criança inicia a pré-escola, monte um quadro de tudo que você gostaria que ela soubesse. Aos poucos, ajude-a a aprender estes itens, usando uma estrela ou um círculo para mostrar qual já domina: seu nome, o significado de "não" e "sim", placa de banheiro, como tirar uma soneca ou fingir dormir, se vestir sozinha, alguns números e cores, "por favor" e "obrigado", como sentar-se quieta e ouvir, fazer revezamentos e compartilhar, como manusear os livros com cuidado.

580. TABELA DE "O QUE EU SEI" PARA ESCOLARES DO JARDIM-DE-INFÂNCIA

Faça um quadro e deixe seu filho verificar estes itens. Certifique-se de que ele já tenha aprendido aqueles do quadro anterior. Inclua o endereço completo e o número do telefone, a esquerda e a direita, atirar e apanhar, seguir instruções, sentar-se

em silêncio por períodos mais longos de tempo, usar tesouras e cola, mais números e cores, algumas letras, boas maneiras simples à mesa e regras de segurança. (Ver o capítulo 9. parte 1 sobre segurança.)

581. TABELA DE "O QUE EU SEI" PARA ESCOLARES DE l.ª A 4.ª SÉRIE

Como nas tabelas anteriores, faça uma lista e deixe a criança circular as habilidades à medida que as dominar: como dizer as horas, o uso de moedas, como falar diante de um grupo pequeno, como levantar a mão para chamar a atenção do professor, como dar um telefonema, abotoar, amarrar os sapatos, fazer laços, colocar o casaco e como levar para casa as tarefas escolares.

582. TABELA DE "O QUE EU SEI" PARA ESCOLARES DE 5.ª A 8.ª SÉRIE

Aqui está uma lista para você e seu filho trabalharem durante o verão antes do início das aulas: como procurar palavras em um dicionário, como consultar a lista telefônica e usar um telefone público, como chamar a polícia, como apagar um pequeno incêndio, como cozinhar uma refeição simples, como consertar o pneu de uma bicicleta, como desinfetar e colocar bandagem em um corte pequeno, como fazer um contorno, mostrar delicadeza com os mais velhos, cortesia para com os colegas e atenção para os que estão em necessidade, como escrever notas de agradecimento. Alguns destes itens são necessários para a escola, outros para este estágio de desenvolvimento.

583. O QUE DEVE SER APRENDIDO DURANTE O 2.° GRAU

Desafie seu adolescente com esta lista e elogie à medida que ele aprende estas habilidades para auto-suficiência: como trocar um pneu, como preencher cheques e manter a contabilidade, como preencher um pedido de emprego, como cozinhar uma refeição completa e nutritiva, como fazer orçamentos e ficar dentro de seus limites, como limpar um quarto e um banheiro, como valorizar suas roupas, como cuidar de sua saúde e higiene, como conversar fácil e educadamente com o sexo oposto, como controlar o tempo e fazer planos para o futuro.

RESPOSTAS DO TESTE DE ORTOGRAFIA: l)a, 2)a, 3)a, 4)a, 5)b, 6)b, 7)a, 8)b, 9)a, 10)a, ll)b, 12)b, 13)a, 14)b, 15) nenhuma, é exceção!

PARTE 2:
BASES PARA MANEJAR O COMPUTADOR

Embora o computador não substitua o bom raciocínio e pensamento, ele pode executar muitas tarefas com precisão e rapidez. Providencie para que o tempo de uma criança fique equilibrado entre o computador e outras atividades. Assegure-se de que os jogos de computador não suplantem nem excluam outros aspectos importantes do trabalho e da diversão!

584. NÃO SE DEIXE INTIMIDAR

Os especialistas acham que dentro de poucos anos todos teremos de ser alfabetizados em computador. Uma criança pode ter uma grande vantagem sobre os mais velhos estando familiarizada com ele e sem medo no teclado, começando na juventude. Se você possuir um computador pessoal, deixe que as crianças passem algum tempo nele, disputando jogos e aprendendo o que as teclas fazem. Ensine-as a respeitar este mecanismo de alta tecnologia e a não manuseá-lo de modo grosseiro. Elabore uma lista de habilidades simples ou o uso de determinadas teclas. Coloque uma estrela naquela que a criança já domina. Faça sessões de computação curtas e felizes. Naturalmente, refeições e bebidas não devem ser permitidas perto do computador.

585. PASSANDO OS OLHOS

Visite uma loja de computadores e veja o que interessa particularmente a seu filho. Além dos jogos de computador há um número crescente de programas instrutivos e mesmo alguns dirigidos para as crianças menores. Estes ensinam a coordenação de olhos e mãos, familiaridade e eficiência na leitura, ortografia e matemática. Selecione os programas com cuidado, de preferência com o vendedor onde você possa testá-

los antes de adquirir. Faça da compra uma ocasião importante porém não adquira muita quantidade de uma só vez. Examine atentamente as instruções junto com as crianças e depois solte-as. Se você escolheu um programa no nível certo de experiência, a criança estará apta a c.ontinuar sem que você lhe dê muita supervisão.

586. PRIMEIRAS AULAS

O computador ensina às crianças e adultos algumas lições valiosas. Tire estas para seus filhos:

• O computador não é inteligente; ele apenas obedece suas ordens. Se você der ordens erradas, obterá um resultado fraco.

- O computador permite que você verifique seu trabalho na tela enquanto você o elabora. É melhor conferir com freqüência, para evitar erros.
- Existe uma relação entre causa e efeito. Quando você toca uma tecla de computador, pode esperar para ver o resultado na tela.
- Faça um trabalho bom e cuidadoso.
- O computador é rápido. Nós, humanos, precisamos aumentar nosso grau de velocidade para trabalharmos em harmonia com ele.
- Não há nada de mágico ou misterioso sobre o computador. Ele faz exatamente o serviço designado a ele por seu programa e pela pessoa no teclado. Não existe razão para temores.
- Quando pensamos que se cometeu um erro, devemos olhar cuidadosamente para nosso próprio trabalho para vermos qual foi o engano feito, e não supormos que o computador falhou.
- O computador não tem gênero e tanto meninas como meninos podem e devem se tornar alfabetizados em sua linguagem.
-

587. O AJUDANTE ESPECIAL

Quando você está usando o computador doméstico para alguma finalidade, coloque ao lado uma cadeira com altura adequada para a criança observar seus dedos no teclado, seu trabalho na tela e alguns papéis que você esteja utilizando. Dê apenas algumas explicações simples no começo, tais como fazer entrar os dados no programa, como corrigir os erros, como preservar seu trabalho, como imprimir uma cópia e como ligar e desligar o computador. Dê tempo para que a criança observe. Seja paciente com suas perguntas e se não souber uma resposta, admita isto e procurem-na juntos. Quando trabalhar outra vez no mesmo projeto, deixe que seu filho seja seu ajudante. Logo ele estará apto a fazer isto sem você!

588. O ASSISTENTE DE TESOUREIRO

Se você usa o computador para fazer cheques e pagar contas,

uma criança pode ajudá-lo nesta tarefa e, deste modo, dominará alguns manejos fundamentais do dinheiro, começando com a regra de que não se pode pagar mais do que se recebe. Enquanto você estiver digitando os dados, permita que a criança forneça os dados e a quantia dos itens de despesa. Torne as sessões interessantes e felizes; quando a criança se cansar, deixe-a fazer qualquer outra atividade. Não faça disto apenas um sólido trabalho. Quando é divertido, ela desejará ajudá-lo na próxima vez.

589. P.S. INFANTIL

Quando escrever uma carta a um parente no computador pessoal, deixe a criança adicionar umas poucas linhas como um

pós-escrito. Mostre-lhe o formato de uma carta: o endereço do destinatário e a data, as saudações e a pontuação adequada, o corpo da carta e o parágrafo, o término e a linha de assinatura, e o lugar para algum P.S. A princípio, a criança pode sentar-se em seu colo com as mãos apenas descansando na beira do teclado. Quando estiver pronta, deixe-a digitar umas poucas palavras e você faz o restante. Mais tarde ela a digitará inteira. Alguns pais encorajam seus filhos a fazerem desenhos nas cartas para seus avós, mas também deixe-os ditar uma mensagem para ser digitada por você.

590. CONVERSA DE COMPUTADOR

Os artigos em circulação sobre computadores em jornais e revistas fornecem bons temas para conversação. Quando seu fliho já conhecer um pouco de computação, deixe-o convidar outra criança interessada para visitá-lo e dividir informações e tempo de computador. Pense em fazer uma assinatura de uma revista sobre computadores para jovens, mas examine-a antes.

591. RETORNO ESCOLAR

Se seu filho tiver oportunidade de usar um computador na escola, você poderá esperar algum retorno. Assuma um interesse intenso pela programação escolar; inspecione as pretensões da escola; veja como pode ajudar seu filho para que ele se torne confiante em utilizar o novo teclado e os programas. Faça o professor de seu filho ter conhecimento do interesse da criança sobre seu computador doméstico. Verifique se seu filho pode ensinar a você algo de novo regularmente, fazendo ambos crescerem em conhecimento. Lembre-se de que as crianças adoram ensinar aos pais uma mudança.

592. AULAS SUTIS DE ORTOGRAFIA

Quando seu filho estiver pronto para escrever algo sozinho, mostre-lhe como funciona fácil e corretamente no computador o

subprograma de verificação de ortografia e como ele pode corrigir seu trabalho sem ter de copiar novamente. Diga-lhe para anotar em especial as palavras certas uma vez que este comando não é um substituto para aprender a escrever correto. Incentive-o a usar sempre este recurso, porque os erros tipográfigos podem continuar despercebidos e depreciam uma boa escrita.

593. UM QUADRO VALE MIL PALAVRAS

Desta forma, muitas contabilidades e programas financeiros incluem uma facilidade gráfica. Aprenda como isto funciona e depois ensine a seu filho. Aplique gráficos no orçamento familiar (ou na mesada da criança) e veja como a provisão foi apropriada ou esbanjada no mês anterior. Auxilie seu filho a

utilizar um gráfico para mostrar como ele gasta seu tempo, como mudam sua altura e seu peso ou como suas notas sobem ou descem.

594. INÍCIO DE LISTAS

Uma das operações mais simples do computador é a lista do "a fazer". Comece sua própria lista de tarefas domésticas e em seguida permita que seu filho faça o mesmo. Torna-se muito fácil manter esta lista atualizada, fazendo acréscimos e supressões à medida que o serviço é completado. A cópia pode ser enviada pelo correio ou carregada consigo enquanto uma pessoa trabalha. Também, uma lista de passeios e eventos pode ser impressa em tipos decorativos e as cópias dadas a cada membro da família.

595. "CAIXA DE CORREIO" FAMILIAR

Quando toda a família domina o uso de um computador, você pode querer fazer como muitos escritórios: providenciar uma facilidade de "caixa de correio" no computador. As mensagens podem ser deixadas ou recuperadas do painel geral do escritório. Deste modo, pode-se fazer muito no computador doméstico se a unidade ficar localizada onde todos possam ter fácil acesso e ele for mantido em funcionamento. Simplesmente mantenha um arquivo aberto para cada membro da família onde cada um possa registrar os recados telefônicos, lembretes escolares, tarefas, projetos e passeios. (Este é um grande passo para cessar as mensagens na porta da geladeira.) Os itens são cancelados pelo proprietário da caixa de correio depois que ele ou ela os tenha visto. A novidade deste método incentivará boas mensagens telefônicas para serem registradas.

PARTE 3: AS TRÊS ARTES

Incentive a apreciação da harmonia da música, a alegria da palavra escrita e a beleza da arte.

PARA CRIANÇAS MENORES

596. POESIA PARA CRIANÇAS

Existe algo sobre poesia que diverte e acalma os nenês. Quando for hora de alimentar, dar banho ou ir dormir, não se esqueça da poesia. Você também pode terminar lendo para si mesmo. Um bom livro para começar é *Antologia de Poemas para a Infância,* ou *Antologia de Poemas para a Juventude,* ambos de Henriqueta Lisboa (Editora Tecnoprint, RJ).

597. **ORQUESTRA FEITA EM CASA**
Deixe a criança criar três instrumentos sem nenhum custo. Faça um tambor de um pote velho de metal e utilize colheres de metal ou madeira (um espanador ou uma escova de roupa em formato de vassourinha para dar um som diferente.) Para chocalhos, coloque ervilhas secas ou clipes de papel em recipientes plásticos com tampas. Para um instrumento de cordas, estique elásticos entre pregos sobre uma prancha. Experimente os sons. Deixe a criança cantar uma música acompanhada por si própria. Toque um disco e deixe a "orquestra" tocar em conjunto.

598. **BARRO MOLDÁVEL**
Junte barro colocando-o em recipientes de plástico bem fechados. Despeje tinta dentro do barro, colorindo-o para uma nova aparência. Muitas cores podem ser misturadas para se conseguir novas colorações. Deixe a criança decidir se o objeto feito deve voltar ao recipiente ou ser tirado para fora e secar. Se for retirado para secar, dê à criança materiais interessantes para decorar sua criação, tais como areia, cascalhos, bijuterias velhas ou mesmo cereal.

599. **PINTE COM...**
Cansados de pintar com tinta e lápis de cera? Deixe seus filhos pintarem uma gravura com pudim (faça vários sabores) numa travessa grande. Coma-o! Ou pinte com água e cotonetes sobre papel mata-borrão. Quando secar, pinte outra vez. Ou pinte o chão da garagem ou calçadas com cubos de gelo. Ou deixe a criança sentar-se dentro da banheira e pintá-la com água colorida. Deixe-a esguichar água para limpar depois que todos tenham admirado.

PARA TODAS AS IDADES

600. **EMOLDURE ESTA ARTE**
As obras de arte das crianças merecem melhor lugar de exposição do que a porta da geladeira. Monte os quadros sobre tampas de caixa ou corte um retângulo de uma tampa e monte a gravura atrás da abertura. Para manter a pintura bem achatada, use dois pedaços de vidro ou plástico, coloque-a no meio dos dois e fixe com prendedor de espelho. Utilize a parede da entrada ou da sala de estar como uma galeria de arte. Mude as gravuras regularmente. Guarde os trabalhos bons num fichário, com lugar para muitos anos de trabalho. De vez em quando, olhe para as antigas obras e mostre à criança como ela progrediu.

601. **NOITE MUSICAL**

Uma vez por mês, deixe cada membro da família compartilhar cerca de quinze minutos de sua música favorita. Esta pode ser de rádio, disco ou fita. Uma boa hora é durante o jantar. Primeiro ouça a música das crianças menores e depois as favoritas dos adolescentes. Os pais podem tocar canções dos tempos dourados, Gershwin ou Bach. Aprenda a apreciar uma variedade de estilos e os músicos enquanto come, fala, lê, disputa um jogo ou realiza algum projeto de ocupação.

602. **A CAIXA DE ARTE**

Utilize um cesto de lavanderia com alças, um papelão duro e um pregador ou um outro recipiente grande para fazer uma caixa para o jovem artista. Com o papelão como divisória, faça seções para canetas, lápis de cera, tintas, pincéis, papel, celofane, adesivos, avental, saco plástico para jogar roupa, e assim por diante. Ocasionalmente, compre algo novo para a caixa de arte. Ela pode ser levada a vários ambientes da casa, mas lembre-se de proteger o carpete. Leve-a consigo também quando for visitar os avós.

603. **PEÇAS DE BARRO**

Todos os estudantes produzem inúmeros objetos em barro nos primeiros anos. Melhor do que apenas guardá-los no armário de louças, faça uma exposição deles num lugar proeminente com uma foto do artista com suas obras. Depois de algumas semanas, guarde-as, mas tire-as para fora após uns seis meses ou mais, quando a criança tiver produzindo outra obra de arte. Desta vez, coloque a produção recente e a antiga sobre a mesa do café ou outro local onde possa ser vista. Não se preocupe com o que dirão seus amigos; provavelmente eles também têm muitas peças de barro, e apenas não são corajosos o sufieiente para exibi-las!

604. **QUAL INSTRUMENTO?**

Planeje assistir concertos de uma orquestra de jovens. Antes de ir, procure na enciclopédia instrumentos orquestrais. (Também há livros que só tratam disso, inclusive para crianças e adolescentes.) Depois, veja quantos você pode identificar no concerto. Incentive a audição atenta para separar os sons diferentes produzidos. Chame a atenção sobre como todos os arcos dos violinos devem seguir a mesma direção, como os executantes observam de perto o maestro e o que fazem os músicos quando "descansam". Pergunte às crianças quais instrumentos são os mais altos, maiores ou mais interessantes para elas. Gostariam de aprender a tocar um instrumento algum

dia?

605. **PAREDE ARTÍSTICA**

Procure numa livraria um livro barato de pinturas famosas. Recorte-as. Em uma parede da sala de estar ou de refeições, pendure várias delas por vez. Deixe cada pessoa da família dizer o que aprecia e o que não gosta nos quadros. Participe qualquer informação sobre o tema, o artista e a técnica. A cada semana troque as gravuras.

606. **VIVA BEM CANTANDO**

Incentive o canto. Deixe a criança cantar juntamente com os discos ou gravações feitas para crianças ou músicas atuais de artistas populares para crianças maiores. Cante no carro, no chuveiro, antes do jantar e enquanto prepara os pratos. Componha músicas para os membros da família. Deixe uma criança redigir as palavras; você ajuda com a melodia ou vice-versa. Surpreenda o pessoal com sua própria canção!

607. **VISANDO A ARQUITETURA**

Comece ajudando as crianças pequenas a reconhecerem os diferentes estilos de casa: francês, de fazenda, moderno. Enquanto dirige, faça-as denominar os estilos à medida que você avança pelos bairros residenciais. Quando estiver nas áreas do centro, discuta sobre os estilos dos prédios. Descubra quais prédios de sua área possuem valor histórico. Visite-os e aprenda a respeito de sua preservação e sobre os grupos que trabalham para recuperação de edifícios antigos. Fale sobre a arquitetura de sua casa atual. Ela é diferente de sua própria casa de infância? Pegue emprestado da biblioteca um livro de arquitetura e aprenda mais sobre o assunto.

608. **CANECAS FESTIVAS**

Visite uma loja especializada em cerâmica e procure todos os utensílios interessantes para dar acabamento. Se as crianças não

tiverem idéia do que gostariam de fazer, proponha canecas, que poderão ser usadas todos os dias. Estas podem servir para as pessoas da família, a reuniões ou como presentes a amigos e avós. Deixe a criança fazer primeiro um esboço de seu desenho sobre um papel, e depois pintá-lo na caneca. Não esqueça de colocar uma mensagem dentro, no fundo da caneca, tal como "Alô", "Acabou" ou "Quer mais?" O artista deve assinar seu nome em baixo. Retorne à loja para queimá-la; se possível deixando a criança observar o forno.

609. **COLAGEM DE TECIDOS**

Estas parecem difíceis, mas são divertidas e fáceis para crianças de todas as idades. Consiga retalhos de pano com suas amigas e reúna as sobras da sua própria costura. Deixe as crianças montarem colagens cortando e colando as fazendas sobre cartolina. Use cartolina de vários tamanhos. Diga para cortarem em formatos interessantes, empregando texturas diferentes e combinando cores atraentes. A colagem pode produzir um quadro ou simplesmente um agradável arranjo de formas. Emoldure algumas das criações.

610. **CAIXAS FABULOSAS**

Não jogue fora as caixas de embalagem; na verdade, peça algumas maiores numa loja de apetrechos. Com canetas hidrográficas. lápis de cera ou tinta, deixe que as crianças as transformem em casas de bonecas, naves espaciais, carros ou iglus. Incentive seus filhos a passarem algum tempo olhando gravuras para copiá-las e fazê-las autênticas ou elaborar desenhos de sua própria criação. Verifique com seus novos vizinhos se possuem caixas enormes de mudança que possam ser usadas como casa de brinquedo.

611. **UM JANTAR DE CLASSE**

Toque uma música clássica durante o jantar. Inicie com algumas como a *Suite Grand Canyon* de Grofé ou *Quadros de uma Exposição* de Mussorgsky. Continue com seleções de Brahms, Beethoven, e Bach. Toque as mesmas músicas uma outra noite e veja quem as reconhece.

612. **O MURAL**

Todos participam fazendo um mural na parede com um longo rolo de papel. Desenrole o papel sobre a mesa de pingue-pongue, mesa de jantar ou assoalho, de modo que cada pessoa receba uma parte de um metro de papel para trabalhar. Entrem em acordo sobre a que altura do chão ou do assoalho ficará o quadro, e que a ilustração tenha pelo menos trinta centímetros de altura. Em seguida, escolha um tema (os esportes de que

gostamos, nossa casa pela manhã, um piquenique) e deixe os membros da família trabalharem em seus próprios pedaços. Quando tiverem terminando, olhem para o mural e decidam onde pendurá-lo.

613. **AME AQUELES MUSEUS!**

Na primeira visita de uma criança a um museu de arte, o tamanho do edifício e o número de quadros podem ser irresistíveis. Vá por um período pequeno de tempo, fale com antecedência e mantenha um grande interesse fazendo perguntas: "Como você sente a pessoa neste quadro?" "Você

gostaria de viver neste lugar da pintura?" "Quem é o centro da atenção?" "De quais cores você mais gosta?" "Quantos animais existem nas telas desta sala?" "Os quadros grandes são melhores do que os pequenos?" "De qual gravura você gosta mais?" Olhe para aquele quadro preferido outra vez antes de ir embora. Sente-se e examine o mesmo quadro por alguns minutos; você vê mais nele agora? Fale sobre o museu durante o jantar.

614. **DRAMA EM FITA**

Comece com uma história simples, que toda a família conheça, como *Uma Janela Para o Céu.* Distribua os papéis e junte os efeitos sonoros necessários. Deixe um dos pais ou uma criança maior ser o narrador. Sem um texto escrito, anuncie a história livremente. Isto pode ser divertido e engraçado. Mais tarde você poderá desejar escrever um texto e tornar sua produção mais profissional. Toque a fita cassete outra vez durante o jantar ou para os avós.

615. **CULTURA NO CARRO**

Toque música no carro, sintonizando várias estações ou levando consigo suas fitas cassete favoritas. Diga às crianças o número de sua estação preferida. Deixe-as dizer as suas. Se você tiver um rádio com botões de pré-programação, estabeleça uma estação para cada pessoa da família. Ensine as crianças a identificarem baladas, canções folclóricas, sertanejas, sambas, *rock'n roll,* música clássica de piano e música sinfônica. Faça perguntas: "Esta música é rápida ou lenta?" "É alegre ou triste?" "Que instrumento está tocando?" "O que você acha que o dançarino está fazendo?" "É um homem ou uma mulher cantando?" "O cantor é soprano, contralto, tenor ou um baixo?" "Como a música faz você se sentir?"

616. **PINTURA COM TEXTURA**

O trabalho artístico assume uma nova dimensão quando você adiciona textura à pintura da criança. Tente salpicar estes aditivos: leitelho, areia, brilhos, cereais pequenos, fubá. Incentive um desenho que inclua áreas em baixo-relevo e outras de diferentes texturas.

617. **"ARTE CONJUNTA"**

De acordo com a idade de seu filho, escolha uma "arte conjunta" — uma onde cada membro da família possa participar. Estas podem ser: aprimorar uma arca, fazer um azulejo de mosaico para pendurar na parede, entrelaçar quadrados para a capa que cobre a TV ou dependurar um tapete. Antes de comprar sortimentos, vá a uma loja ou centro de artes

e aprenda sobre o ofício; assim, você ficará conhecendo as habilidades necessárias para um sucesso completo.

PARA CRIANÇAS MAIORES

618. O MINITEATRO
Ajude seus filhos e seus amigos a fazerem um teatro pequeno em casa. Escolha um lugar que não atrapalhe. Use arame, lençóis e argolas para montar uma cortina. Comece com histórias simples que eles conheçam, como a Cinderela ou o Super-homem. Deixe as crianças selecionarem seus papéis, revezando-se no principal. Os maiores talvez queiram escrever os textos. Fantasias simples e acessórios podem ser acrescentados. Enfatize a criatividade, e não o profissionalismo, embora a peça possa ser exibida para outras pessoas se os atores desejarem.

619. O JOGO DO "CAR"
Esta brincadeira salienta palavras que terminam com "car". Copie esta lista ou leia em voz alta. Veja quem primeiro consegue achar o verbo sinônimo terminado em "car".

Ensinar (educar)
Olear (lubrificar)
Avisar (notificar)
Antever (prognosticar)
Dobrar (duplicar)

Outras palavras que você pode definir são: abdicar, aplacar, colocar, complicar, comunicar, deslocar, emplacar, fabricar, fortificar, implicar, inculcar, indicar, medicar, prontificar, reivindicar, retocar, suplicar, tocar, verificar. Você mesmo talvez precise procurar alguns significados!

620. PALAVRAS FASCINANTES

Introduza as crianças às palavras homófonas (que têm o mesmo *som* mas grafia e sentido diferente, tais como "paço" e "passo"), e homógrafas (palavras escritas e pronunciadas do mesmo modo mas com sentidos diferentes, como "canto" referente a esquina e "canto" do verbo cantar). Pegue estas duas categorias interessantes, uma de cada vez, e mantenha uma lista de exemplos que a família pensou.

621. ESCREVER UM DIÁRIO
Estimule seu filho a manter um diário. Enquanto isto lhe proporciona a oportunidade de ver o que estava acontecendo um

ano atrás, também constitui uma forma agradável de escrever, Deixe que o diário seja secreto. Alguns vêm com um cadeado pequeno e chave.

PARTE 4: AS CIÊNCIAS E OS EXTERIORES

Mesmo em casa existem materiais para experiências científicas. A biblioteca possui livros que prendem o interesse da criança no aspecto preciso científico, sobre os mais variados temas, desde a astronomia até a eletricidade. Escolha um exemplar que oriente como fazer experimentos em casa.

PARA TODAS AS IDADES

622. BATERIAS, SINETAS E CAMPAINHAS

Mostre à criança como juntar uma sineta a baterias e a um botão. Deixe-a decidir como usar sua invenção: como uma campainha de porta para seu quarto, na entrada onde a sineta possa ser utilizada para chamar a família para a refeição, lá fora como uma "campainha de aviso". Um jovem inventor usou-a para anunciar quando seu banheiro ficava vago; outro estabeleceu um código para chamar cada pessoa da família ao telefone. Você poderá arranjar muitas outras aplicações através dos anos.

623. ROCHAS ESPACIAIS

Elas têm o aspecto de pedras vindas de outro planeta... mas você as prepara em casa. Coloque numa bacia alguns pedaços de carvão mineral, carvão de coque, tijolos porosos, telhas ou cimento. Misture 2 colheres (de sopa) de sal, 2 colheres (de sopa) de água e 2 colheres (de sopa) de anil. Derrame sobre a formação. No dia seguinte, acrescente mais 2 colheres (de sopa) de sal dentro *da solução* na bacia (não salpique sobre o topo). No outro dia, adicione mais 2 colheres (de sopa) de sal, água e anil. Junte umas poucas gotas de corante vegetal ou tinta a *cada*

pedaço de pedra. Mantenha numa área aberta e seca. Se os cristais ainda não começaram a se formar, junte mais 2 colheres (de sopa) de amoníaco caseiro à solução para ajudar o processo. Observe a formação se desenvolver! Algumas parecerão botões de rosa, coral ou cristal. Para mantê-la crescendo apenas adicione mais da solução original de tempos em tempos.

624. OBSERVE O PÁSSARO

Ajude a criança a construir ou comprar um comedouro simples e coloque-o num local onde se possa observar os pássaros comendo. Usando um livro sobre pássaros ou com o auxílio de

alguém que conheça o assunto, faça uma lista dos pássaros que vêm se alimentar. Tire fotos deles. Faça uma visita à casa de aves e descubra sementes diferentes que atraiam pássaros diversos. Conte quantas espécies vêm ao seu comedouro.

625. REGISTRO DO CLIMA

Com a ajuda da criança, instale um termômetro fora de casa. Deixe-a relatar a temperatura todos os dias no mesmo horário, durante um mês. Neste relatório das condições meteorológicas ela também pode anotar se o dia está claro, chuvoso, nublado ou ensolarado e ainda se há ventos, a direção da qual eles vêm e sua velocidade (você também pode levar em consideração a compra de um cata-vento). Guarde os relatórios e faça a comparação na mesma data no ano seguinte.

626. REGISTRE UM DIA

Passe um dia calmo nas matas, junto à água ou nas montanhas. Leve consigo máquinas fotográficas, binóculos, uma manta, lanche, livros e jogos. Este é um dia para observação. Deixe as crianças registrarem o dia em filme desde o nascer do Sol até o poente, mostrando as paisagens, plantas e animais e as atividades. Tire as mesmas fotos em três diferentes horas do dia; de manhã cedo, ao meio-dia e ao escurecer. Anote todos os sons que ouviu de manhã, de tarde e ao anoitecer. Faça uma lista de toda a vida selvagem vista. Preste atenção em como certas formas de vida animal são mais ativas. Ache um local onde os pássaros e animais vão beber água. Fale como você se sente em passar um dia calmo fora de casa.

627. AGULHAS FLUTUANTES E BÚSSOLA

Mostre às crianças como fazer uma agulha flutuar na superfície da água. Quando tiverem dominado um destes dois métodos, deixe-as compartilhar na escola: 1) Encha uma bacia com água e um pedaço de papel de seda sobre ela. Coloque a agulha sobre o papel. Quando o papel ficar ensopado com a água e for para o fundo, a agulha ainda flutuará. 2) Faça duas faixas de linha e

abaixe a agulha até a água, depois cuidadosamente retire as linhas tão logo a agulha flutue.

Para fazer uma bússola, magnetize uma agulha esfregando-a em um ímã forte. Em seguida, faça a agulha flutuar na água (ver acima). A agulha então se tornará um compasso muito sensível. Você também pode colocar duas agulhas magnetizadas na superfície da água ao mesmo tempo. Lentamente elas se aproximarão até que se alinhem uma ao lado da outra.

628. A CORRIDA DA SEMENTE

Dê a cada membro da família um vaso para começar com

sementes da trepadeira ipoméia. Primeiro, todos devem colocar uma etiqueta no vaso e depois plantar as sementes de acordo com as instruções. Cada pessoa rega e cuida de seu próprio vaso. Veja qual brota primeiro. À medida que a planta cresce, faça suportes com fios para que ela possa escalar em torno de uma janela ensolarada. Qual trepadeira florescerá antes?

629. **A TEIA DE ARANHA**

Chegar perto de uma teia de aranha afasta o medo e o mistério que rodeiam este inseto. Ache uma teia de aranha em seu jardim. Sem perturbar a aranha, deixe cada pessoa de sua família estudar a trama de sua teia e tentar desenhá-la num papel. Depois, leia sobre aranhas na enciclopédia e em livros da biblioteca. Faça diariamente uma visita à teia, observando quando a aranha está nela, o que ficou preso dentro da teia, se sofreu algum dano e como ela resiste ao vento e à água. Sinta como é um pedaço da teia; ela é pegajosa ou lisa, forte ou fraca? Explique como o fio da teia é uma secreção do corpo da aranha e como ela executa sua construção. Veja quanto tempo a teia permanece.

630. **FOGO COM LENTES DE AUMENTO**

A maioria das crianças que possui uma lente de aumento já tentou usá-la para iniciar um fogo; assim, você também deve mostrar a seu filho como fazê-lo com segurança. Em um dia ensolarado sem vento, leve um jornal para fora, a lente e um regador com água. Coloque o jornal sobre uma superfície não inflamável, como o passeio da garagem. Mostre-lhe como inclinar a lente para dirigir e concentrar os raios do Sol sobre o papel para aquecê-lo. Logo uma mancha marrom aparecerá sobre o jornal e rapidamente brotará uma chama. Deixe seu filho apagar o fogo e iniciar outro, até que fique satisfeito com sua pequena experiência. Enfatize a regra de que ele nunca deve brincar com fogo ou realizar esta experiência sem um adulto à seu lado e um regador com água.

631. **ÁGUA DE PISCINA**

Pegue uma lente de aumento e veja a fascinante vida nas águas das piscinas e lagos. Procure vários organismos minúsculos em uma piscina, mas não perturbe a vida selvagem. Deixe as crianças resumirem o que viram. Faça cada uma escolher e acompanhar seu girino e ver o que ele faz e para onde vai.

632. **PROCURAR SEMENTES**

Deixe as crianças tentarem experiências com sementes que encontram no jardim: caroços de pêssego ou abacate, sementes de comestíveis como abóbora, tomate, pepino, e cítricos, o olho

das batatas que começou a brotar. Algumas não germinarão bem, mas outras podem ser produtivas. No entanto, a diversão está em recolher e começar com suas próprias sementes.

633. SACO DE COLETA

Quando sair a passeio ou para uma excursão a pé, leve junto um saco plástico para cada criança. Deixe-as recolher pequenos tesouros que acharem (dentro da lei). Logo antes de voltarem para casa, permita que todos mostrem o que encontraram (uma pedra, um besouro morto, uma moeda, um pedaço de alga marinha, uma folha colorida) e fale sobre os bons achados. Escolha algumas pedras originais para o aquário das crianças. Decida o que levar para casa, o que deve ir para a lata de lixo e o que será deixado para trás.

634. ÁRVORES IGUAIS

Mostre uma espécie de árvore (para os menores escolha uma bem comum). Examine-a de perto para ver sua casca, o formato e a cor de suas folhas, as flores, frutos ou sementes; depois, veja quem consegue achar outra da mesma espécie. Em seguida, selecione uma diferente, mas veja quem também pode se lembrar da anterior. No próximo passeio, faça as crianças mostrarem e darem o nome das árvores que conhecem, e comece o "jogo" outra vez.

PARA CRIANÇAS MENORES

635. AMIGA FORMIGA

Encontre algumas formigas amigáveis. Ponha uma casca de pão bem pequena de lanche do piquenique sobre o chão perto delas. Observe-as descobrir e levar embora cada migalha por vez. Faça isto *depois* da refeição, assim você não terá formigas participando de seu lanche.

636. LENTES DE AUMENTO

Com uma lente de aumento, deixe as crianças se revezarem para olhar os besouros, as folhas, o solo, uma lâmina de grama, uma pedra ou areia. Veja quem encontra o item mais interessante para examinar. Em seguida, incentive seus filhos para virarem pedras com cuidado e verem o que está por baixo. A vida selvagem em geral é inofensiva e torna a criança menos melindrosa quando pode observar bichos pequenos deste modo. Providencie para que as crianças não machuquem os insetos, mas somente os olhem. Após a investigação, coloque a pedra de

volta em seu lugar.

637. SONECA AO AR LIVRE

Uma toalha ou manta embaixo de uma árvore constitui um ótimo local para um cochilo. Diga à criança para fechar os olhos e ouvir os sons do exterior. Peça a ela que se lembre de todos os ruídos diferentes que escutou enquanto cochilava. Isto é uma boa e repousante mudança da rotina.

638. VISÃO DE BRUÇOS

Todos se esticam num círculo sobre a grama, folhas de pinheiro ou areia, com o queixo descansando no chão. Estas contemplações da natureza nesta posição podem ser divertidas. Caminhe em volta do círculo e deixe cada um dizer o que pode ver, sem levantar o queixo do chão. Continue perguntando a cada criança até que tenha sido descrito tudo que está dentro do círculo.

639. POTES DE MARGARINA

Ir à praia torna-se mais divertido se você levar consigo alguns potes de margarina ou outras caixas e recipientes descartáveis. Eles constituem excelentes moldes para construções na areia; podem ser usados como lagos ou banheiras em miniatura e são bons para recolher água. Uma velha pá côncava para farinha transforma-se numa escavadeira resistente. Coloque isso tudo em um saco ou sacola de plástico para que as crianças o carreguem com facilidade.

640. PRIMEIRAS SEMENTES

Usando sementes de germinação fácil, ajude a criança a iniciar uma plantação dentro de casa. Coloque uma esponja molhada num prato raso. Deixe-a enterrar as sementes dentro dos buracos da esponja. Deposite-a num local onde receba luz. Examine a cada dia e adicione água no prato a fim de que a esponja permaneça úmida, mas não encharcada. Observe as sementes brotarem. Se desejar, mais tarde "plante" a esponja lá fora no jardim.

PARA CRIANÇAS MAIORES

641. OS RASTREADORES

Não importa se você está sobre a areia, a terra ou grama; tente seguir a trilha. Divida a família em dois grupos, com um adulto ou uma criança mais velha em cada um. O primeiro grupo sai cerca de dez minutos à frente, deixando leves sinais por onde passou. (Estes não devem causar danos ao ambiente. Eles

podem ser tão simples como uma seta desenhada no barro, um rastro de cascalho ou folhas, ou pequenas marcas vermelhas para serem reconhecidas pelo outro time.) Este segundo grupo segue a trilha do primeiro e, se tudo sair bem, eles se encontram. Marque um limite de tempo e um lugar de encontro se os dois grupos não se acharem.

642. MENSAGEM NUMA GARRAFA

Isto fica divertido quando você está em um regato pequeno. Ponha uma mensagem numa garrafa de plástico e tampe. Deixe metade do grupo descer acompanhando a margem do regato. Jogue a garrafa na correnteza e veja quanto tempo demora balançando no caminho até o outro grupo. Você também pode promover disputas. Pode-se usar pequenos barcos resistentes do mesmo modo. Depois, lembre-se de levar para casa todas as garrafas e barcos.

643. USANDO UMA BÚSSOLA

Compre ou pegue emprestado uma bússola barata e explique como funciona. A agulha é magnetizada e aponta para o Pólo Norte magnético. Chame atenção para os oito principais pontos cardeais (norte, nordeste, leste, sudeste, etc.) à volta do mostrador. Também dê o significado das abreviações (NNE — nor-nordeste, SE — sudeste, etc.) ao redor do marcador e indique onde estão localizadas. Ensine como segurar a bússola plana e estável na mão e como olhar a direção da agulha em relação a um ponto do terreno. Tente o jogo da "Distância e Direção": em turnos, cada participante parte de um mesmo local e anda um determinado número de passos em certas direções (comece com quatro direções) e marca onde acabou. Compare onde cada jogador termina.

644. BINÓCULOS

Com os binóculos, deixe a família olhar para as montanhas, barcos, os pássaros nos ramos superiores das árvores e outras pessoas. Mostre às crianças a maneira mais adequada de utilizá-los e os cuidados. Explique como focalizar. Quando todos sentarem-se para descansar depois de um passeio a pé, apresente o binóculo e veja o que podem localizar. Olhem para mãos, pés, uma barra de doce e maçãs. Saliente que olhar pelo lado contrário faz com que os objetos pareçam muito mais distantes.

645. CONTANDO OS ANIMAIS SELVAGENS

Em um passeio, veja quem pode encontrar o maior número de animais, pássaros e insetos. Diga a cada criança para pegar uma folha caída quando achar algum animal selvagem. Depois apenas conte as folhas de cada um no fim do passeio e verifique

quem avistou a maior quantidade.

646. EQUINÓCIO E SOLSTÍCIO

Antes, explique o significado das palavras! Denominam-se equinócios os dois dias no ano que tanto o dia como a noite têm a mesma duração. O equinócio do outono cai em cerca de 20 de março e o primaveril cai em torno de 23 de setembro. Os solstícios constituem os dois dias do ano em que o sol está mais distante do equador. O solstício do inverno cai em cerca de 21 de junho e o do verão em torno de 22 de dezembro. Estas datas representam o dia mais curto e o mais longo respectivamente. Em muitas tradições, incluindo as nossas, estas datas marcam o início das estações. Mostre estas datas no calendário da família e torne-as parte da tradição realizando um evento, como uma sopa de solstício de verão ou uma corrida de equinócio primaveril no parque. As crianças podem verificar se seus amigos conhecem o significado das palavras.

647. VIVENDO NO PARQUE

Em vez de passar um dia no campo, tente um dia no próprio parque de sua cidade, com a família. Leve consigo objetos como uma rede, um conjunto de malha, uma bola, um rádio portátil e um bumerangue. Leve também cereais, frutas, biscoitos e leite para o início do lanche e os suportes para cozinhar o jantar ao ar livre. Dirija os exercícios da manhã, depois os jogos e corridas de revezamento. Compre o almoço de várias barracas. Então, visite o museu do parque ou uma exposição de arte ao ar livre. Após um cochilo sobre a relva, dê um passeio vespertino. Procure fogueiras e faça um jantar simples. Depois de tudo arrumado, brinque de jogos formando círculos e conte histórias de fantasmas em volta do fogo. A família irá para casa cansada!

PARTE 5: EDUCAÇÃO CÍVICA E TRABALHO

Não existe melhor lugar para se aprender como as coisas funcionam no exterior do que em casa! Uma vez que a televisão em geral descreve tão parcamente os negócios e o governo, esta é sua oportunidade de mostrar o lado bom destas importantes atividades.

PARA CRIANÇAS MENORES

648. CABINA DE VOTAÇÃO

Quando for hora de votar, leve uma criança consigo. Deixe-a ver o processo. Às vezes crianças pequenas podem ir à cabina com os pais. Fale a respeito de um resultado ou candidato que o

interesse em especial. Faça seu filho observar alguns resultados da eleição na TV para sentir se os outros eleitores concordam com você.

649. **O BANCO**

Quando uma criança recebe um dinheiro de presente pela primeira vez, inicie a tradição de gastar uma parte e guardar a outra. Faça uma visita a um banco especialmente para abrir uma caderneta de poupança. Deixe-a manter a inscrição em sua caixa de tesouros ou numa pasta de arquivo especial. Durante o ano, deixe-a ver como seu dinheiro está rendendo mais dinheiro. Proponha algumas metas de economia mas permita que ela mude de idéia sobre o que está economizando.

650. **O POTE DAS MOEDAS**

Mostre às crianças que mesmo as moedas têm valor. Coloque um pote de vidro na cozinha ou sala de estar. À medida que a família receber moedas, peça para que as deposite no pote. Após cerca de um mês, deixe a criança distribuí-las em pilhas de cinco ou dez e depois somar o total. Ponha-as de volta no pote e uma marca na altura indicando a quantia de dinheiro dentro. Deste modo a criança pode avaliar a soma dentro do recipiente. Gaste o dinheiro em algo para a família inteira: um filme, um livro, uma bola nova.

PARA CRIANÇAS MAIORES

651. **A LEI**

No Brasil em geral não se admite a entrada de crianças no tribunal, mas você pode convidar um professor advogado para vir a sua casa, chamar os amigos da vizinhança e fazer uma encenação sobre um julgamento de um caso verídico. O professor poderá fazer com que as crianças participem, escolhendo quem será o juiz, o promotor de justiça, o advogado de defesa, o escrevente, os assistentes, os oficiais de justiça, o acusado, e deixando os "sete jurados" darem a sentença do caso.

652. **ESCRITÓRIO EM CASA**

Com a ajuda da criança, organize a área da escrivaninha a fim de que se torne eficiente como um escritório de trabalho. Crie arquivos de fichários para cada criança, para atividades familiares, por itens aguardando resposta, para o orçamento, e assim por diante. Abasteça a escrivaninha com papéis e folhas de papel carbono, provisões para escrita, equipamentos para verificação de escrita, envelopes e selos. Faça uma lista de itens para a organização e economia de tempo que você está

pensando em adquirir. Talvez alguns possam ser presentes das crianças para os pais. Alguns itens possíveis são: etiquetas auto-adesivas com o endereço do remetente, um furador de papel, máquina de escrever, uma calculadora, um apontador elétrico, um suporte de carimbos, escala graduada de selos postais, fichário, um estojo com muitas divisórias para guardar clipes de papel e borracha. Incentive os jovens responsáveis a usarem a escrivaninha.

653. A APROXIMAÇÃO DOS NEGÓCIOS

Quase sempre a televisão configura os homens de negócios como vilões dos quais as crianças têm uma imagem falsa com impressões negativas. Os pais e filhos devem ficar atentos a esses estereótipos de TV, mostrá-los uns aos outros e rirem a este respeito, percebendo que é apenas uma trama para criar um programa dramático. Você pode explicar às crianças que os trabalhadores estão à nossa volta e que são nossos amigos, vizinhos e conhecidos. Durante o jantar, fale sobre amigos profissionais e veja quantos ofícios diferentes eles representam. Discuta a importância da ética profissional.

654. O LOJISTA

Quando se dirigir para uma loja, fale aos jovens sobre alguns problemas que o lojista enfrenta: como ele deve pedir produtos que espera que os clientes comprem, como a mercadoria precisa ser exposta e anunciada, como se faz uma relação e como os produtos não vendidos "encalhados" precisam ter seus preços rebaixados para serem vendidos. Este é o verdadeiro sentido da palavra "liquidação". As crianças devem entender que o lojista tem que empregar funcionários para marcar, explicar, arrumar, reabastecer e cobrar pelas mercadorias. Os pais podem esclarecer como o lojista (ou qualquer negociante) deve pagar impostos, tais como as taxas de vendas, imposto social de segurança do empregado e imposto sobre a renda. Os vários regulamentos, como o estabelecimento do preço de custeio, normas de saúde e segurança, todos fazem parte dos custos do negócio e são, por conseqüência, refletidos nos preços que os consumidores têm de pagar.

655. INSTRUÇÃO SOBRE O CAPITALISMO

Os pré-adolescentes (e até os mais novos) podem compreender que um trabalhador não pode ficar num negócio a menos que trabalhe com lucro. Os fatores de ganho ou perda podem ser discutidos pela família. Entre os gastos obrigatórios se incluem a aquisição de bens imóveis mais o aluguel, salários, seguros, impostos e outros. O preço das mercadorias vendidas ao cliente causa a afluência do dinheiro. A diferença é o lucro. Qual é um bom lucro expresso em porcentagem no preço das vendas? Talvez 10 ou 20 por cento? Muitos artigos de supermercado

tiram 2 por cento ou menos. Como eles permanecem no negócio com tão pequena margem de lucro? Apenas vendendo um grande volume por mês. Procure entre amigos e vizinhos um negociante que deseje compartilhar algumas destas noções básicas com sua família.

656. INSTRUÇÃO SOBRE CONCORRÊNCIA

O que significa concorrência para os negócios? (Para oferecer melhor serviço, uma qualidade mais alta de mercadoria, um local mais conveniente.) As crianças rapidamente fazem comparações entre uma loja e outra. Se os preços são os mesmos, você preferiria comprar roupas (alimentos ou brinquedos) na loja A ou na loja B? Porquê? Converse sobre serviço e dedicação. Mostre anúncios de um jornal que faz comparações de preços. Encontre um produto que seja bom ou melhor do que um anunciado intensamente. Procure saber as despesas com anúncios em jornal ou comercial de TV e imagine a que preço o produto deverá ser vendido para valer a pena.

657. INSTRUÇÃO SOBRE PUBLICIDADE

Procure em uma revista dois anúncios de um carro novo. Veja qual deles produz a resposta mais entusiasmada dos membros da família. Mostre que o preço, embora uma consideração importante, não é o único fator que influi na escolha de um veículo em vez de outro. Deixe as crianças demonstrarem como o anúncio "vende' o uso do automóvel, suas vantagens de segurança, o custo de manutenção e sua confiabilidade e prestígio. Escolha um determinado carro e procure-o quando sair a passeio. Veja se ele parece tão bom como no anúncio. Ache no jornal a seção de veículos usados e verifique como o preço muda de acordo com o ano de fabricação.

658. INSTRUÇÃO SOBRE SOCIALISMO

Através do cinema, de um artigo de revista ou programa de televisão, um dos pais pode começar uma discussão sobre a vida sem concorrência — a vida socialista. Mencione que na URSS, por exemplo, não existem muitos armazéns de alimentos a escolher, com vários preços e serviços, mas apenas um. Sem a

concorrência como a permitida pelo sistema democrático, nenhuma companhia ou comércio tem qualquer incentivo para aumentar os preços ou a qualidade. E na Rússia existe sempre escassez que ninguém tenta resolver, pois a distribuição é um problema do governo. Tais debates apenas resvalam a superfície, e deve-se mostrar repetidamente às crianças como a livre iniciativa com freqüência fornece um nível de vida melhor para os membros da comunidade.

659. **ACOMPANHAR A BOLSA DE VALORES**
Alguns economistas dizem que a bolsa de valores livre como a desenvolvida nas nações do oeste é o melhor exemplo da força de mercado em ação. Nossa bolsa de valores (e bolsa de ações, de mercadorias e futuro, ouro, etc.) ajusta automaticamente e corrige os preços entre o comércio de negócios e a bolsa de mercadorias e futuro e reflete toda a diferença em termos de moeda corrente. Mostre as páginas da bolsa de valores no jornal a seu filho. Deixe-o escolher uma companhia cujos produtos ele conhece, tal como a Estrela ou Sharp, e fingir que vai comprar uma ação; depois, observe sua cotação a cada semana, talvez mantendo um gráfico. Veja como seu investimento cresce num período de seis meses. Durante os períodos quando a bolsa de valores (ou o mercado do ouro, ou de cereais) fica em alta ou em baixa em pulos rápidos, ajude a criança a entender os números. Uma ação da bolsa de uma certa companhia dará a você um dividendo anual de R$ 10,00 mais o produto de seu valor. Uma saca de trigo comprada hoje e entregue em setembro próximo lhe trará um lucro (ou perda) de R$ 7,00. Deixe as crianças verem se "seu valor" é mencionado no rádio ou em programas de TV que sintetizam as atividades da bolsa de valores.

660. **UM DEBATE**
Antes das eleições, procure um debate que seja do interesse das crianças: parques, escolas, meio ambiente. Ouça os debates sobre o tema na TV. Encontre artigos nos jornais para compartilhar. Você pode assistir um foro público sobre o assunto. Deixe cada membro da família decidir em quem votaria. Fale a respeito dos resultados após as eleições e porque o debate foi aprovado ou falhou.

661. **LEIS NA ELABORAÇÃO**
Planeje um passeio à Assembléia Legislativa de seu estado. Escreva antecipadamente para informações e também para um deputado federal. Visite o gabinete do deputado, e então sente-se na galeria e veja-o em ação. Conte quantas mulheres legisladoras existem no local. Verifique quem está presidindo.

Através do jornal siga um dos projetos de lei e veja se ele se tornou lei.

662. **COMO SE REBELAR**
Oriente os mais jovens sobre as maneiras certas de se rebelarem, seja contra regras da família ou leis federais. Fale sobre manifestações, petições, iniciativas de votação e campanhas de

abaixo-assinado. Demonstre como discordar de modo enfático porém não odioso, e como reunir fatos e apresentá-los de forma decisiva. Incentive seus filhos a colocarem em prática algumas destas idéias em casa ou na escola.

663. **ESCREVA A UM DEPUTADO**

Converse com as crianças sobre debates de importância nacional: educação, reforma agrária, tributos. Usando uma lista de deputados, escolha alguém para escrever. Cada membro da família pode escrever para uma pessoa diferente sobre um objetivo diverso. Veja qual resposta você recebe. Mas seja paciente; talvez as respostas demorem algumas semanas. Resolva se quer escrever de novo. Verifique também se o deputado está representando seu ponto de vista a maior parte do tempo. Neste caso, dê-lhe uma pequena contribuição de sua família na próxima campanha.

664. **VOTE AQUI**

Passe uma semana com toda a família votando em todos os itens possíveis: o que comer, quando ir para a cama, que jogo disputar depois do jantar, fazer qual excursão, assistir qual programa de TV, qual livro ler em voz alta, quem deve alimentar o cachorro, quem deve recolher os brinquedos. Ensine a maneira certa de apresentar idéias: "Eu proponho que..."; depois faça um debate, peça as propostas e realize votações positivas e negativas.

665. **VIAGEM ATRAVÉS DO PAÍS**

Planeje uma viagem através do país que você deseja fazer algum dia. Deixe seus filhos pesquisarem nos mapas e traçarem roteiros que incluam áreas variadas do país. A cada semana, "viaje" por uma parte de sua rota, olhando fotografias do local e conversando sobre os lugares interessantes que você visitará. Divida em dois grupos e pesquise esta informação na enciclopédia ou na biblioteca local. Procure descobrir o ponto de especial interesse de cada etapa e da cidade principal. Sua viagem simulada pode demorar um ano, mas quando terminar, você saberá muito mais sobre a geografia e a história de nosso país.

666. **DECÁLOGO CÍVICO**

Como complementação à instrução cívica, deixe seus filhos pesquisarem sobre as constituições brasileiras, incluindo a de 1988. Aprenda sobre o conjunto dos dez princípios referentes aos cidadãos como membros do Estado. Leia e discuta seu significado com a família e coloque uma cópia dele no quadro de avisos.

1. Amarás o Brasil com um amor inteligente e forte. Inteligente para conhecer seus problemas e grandezas; forte para empenhar-se em prol de seu desenvolvimento e na defesa de sua soberania.
2. Amarás teus irmãos brasileiros, reconhecendo em todos a igual dignidade de pessoas humanas, sem discriminações de raça, origem, condição social, situação econômica, opiniões doutrinais, ideológicas ou religiosas.
3. Não excluirás de teu amor e respeito os filhos de outras terras que vieram colaborar lealmente para a grandeza da pátria comum.
4. Prezarás teus valores humanos, espirituais e físicos, procurando, através de todos os recursos do ensino e da educação, levá-los a uma plenitude ordenada e harmoniosa.
5. Amarás o bem, a virtude e a verdade, detestando o mal, a mentira e a iniqüidade.
6. Amarás com predileção a tua família, a cuja promoção te dedicarás pelo trabalho competente e honesto, no exercício de uma profissão.
7. Procurarás conhecer sempre melhor teus deveres e direitos de cidadão, para observá-los com maior fidelidade, esforçando-te por participar da vida de tua cidade, teu município, teu estado e da Federação.
8. Lembrar-te-ás que um bom cidadão não pode ignorar os elementos fundamentais da organização jurídica e administrativa de sua Pátria.
9. Deverás também te esforçar por conhecer sempre melhor os elementos da organização econômica e dos processos sociais do Brasil, bem como os sistemas propostos para resolver seus problemas, a fim de formar, a respeito de todos, uma opinião clara e segura.
10. Não deverás nunca esquecer que o Brasil faz parte de uma Cultura e de uma Comunidade Internacional, para com as quais tem também direitos inalienáveis e deveres urgentes, de cujo respeito depende o advento de uma paz justa e definitiva.

667. HISTÓRIA DA BANDEIRA

Como um projeto familiar, aprenda a história da nossa bandeira. Uma enciclopédia ou livro da biblioteca sobre o assunto pode ajudar. Da época de seu descobrimento até hoje, o Brasil teve nove bandeiras; pesquise algumas como a Bandeira do Brasil colônia portuguêsa, colônia espanhola, Reino Unido de Portugal e Algarves, Império e a bandeira atual, que data de 19 de novembro de 1889. As crianças mais novas podem gostar de desenhar as bandeiras. Leia sobre o significado das cores, das estrelas e o que representam.

PARTE 6: APOIO NA TAREFA ESCOLAR

Você pode não ser exatamente um professor, mas tem a importante tarefa de preparar sua criança para que aprenda tudo o que ele ou ela puder na escola. A sua própria atitude diante do aprendizado faz uma grande diferença. Um ambiente intelectual e de curiosidade sadia em casa produzirá melhores estudantes.

PARA CRIANÇAS MENORES

668. ESCOLA INICIAL

Durante o verão, antes que a criança comece as aulas, faça um piquenique no pátio de recreio da escola. Pergunte o que ela pensa sobre como será e o que espera que aconteça. Fale a respeito do que aprenderá e ensine algumas regras escolares. Experimente os equipamentos do pátio, depois olhe através das janelas da escola. Tire uma foto dela em sua escola e peça para que faça um desenho do colégio. Deixe a criança contar sua visita durante o jantar. Então, comente algo sobre suas experiências escolares. Convide para brincar um amigo que estudará em sua classe.

669. FINGIR QUE DORME

A maioria dos pré-escolares e alunos do jardim-de-infância estabelecem períodos de descanso no esquema diário. Pratique a hora de descanso em casa, em especial se a criança não estiver acostumada a fazer a sesta. Diga-lhe que não precisa dormir, só fingir que está tirando uma soneca. Proponha que, enquanto estiver fingindo, pense numa história favorita, em algo que deseja para seu aniversário, numa guloseima, em quantos carrinhos possui, no que as bonecas estão fazendo na estante.

670. PRÁTICAS PARA O PRIMEIRO DIA

Deixe a criança escolher as roupas para o primeiro dia de aula. Ajude-a a calcular a que hora deve levantar para ficar pronta a fim de sair a tempo. Faça-a reunir o que levará à escola

(comida, dinheiro e itens para mostrar e falar). Caminhe pelo percurso até o ônibus ou escola, se possível. Veja quanto tempo demora. Nesse dia, mais tarde, faça um pretenso lanche para depois da aula. Inicie um livro de recortes escolar e mais adiante deixe-a colocar nele todo o material que trouxer da escola.

PARA CRIANÇAS DO ENSINO PRIMÁRIO

671. QUERIDO PROFESSOR

Os professores realmente apreciam esta idéia, que os ajuda a conhecer melhor seus alunos. Escreva uma carta ao professor falando sobre seu filho. Peça à criança para sugerir idéias para colocar na carta: passatempos favoritos, metas, animais de estimação, viagens, o que gosta na escola ou em que precisa de algum apoio para aprender. Ambos, o pai e o filho, podem assinar a carta.

672. MOVIMENTO E ESCRITA

Não importa o que você precisa mexer ou preparar na cozinha; deixe os jovens soletradores trazerem suas listas para a cozinha. Não espere perfeição imediata. Pergunte à criança quanto tempc pensa que precisará para ir do começo ao fim das palavras. Elogie o bom trabalho, mantenha a atividade e deixe-a voltar à lista outra vez.

673. O JOGO DA GEOGRAFIA

Utilizando um globo ou um mapa-múndi, um dos membros da família fecha os olhos e aponta para um local. Quem pode dizer o nome do país? Qual é sua capital? Que espécie de governo possui e quem o dirige? É um país livre ou sob ditadura? Conhecemos alguém desta nacionalidade? Este país é famoso devido a produtos, povo, paisagem? Seria um bom lugar para viver ou visitar? Depois, procure aquele país na enciclopédia e adicione fatos suplementares para seu arquivo mental de informações. Para mais detalhes, escreva ao departamento turístico do consulado daquele país (se houver, em sua cidade) ou à embaixada (em Brasília) — para o caso dos países com os quais o Brasil mantém relações diplomáticas.

PARA TODAS AS IDADES

674. REFÚGIO DAS TAREFAS ESCOLARES

Se bem que o trabalho escolar geralmente seja feito melhor na mesa ou na escrivaninha com todos os suprimentos e livros de consulta por perto, de vez em quando incentive fazer a lição ou leitura em um lugar diferente na casa: na cama dos pais, na escada, no jardim, na banheira, num galho baixo de uma árvore. Pergunte sobre a lição de casa, para que a criança saiba que você se interessa por isso e está atenta ao que e como ela está fazendo e o tempo que demora.

675. MEIO-TEMPO

Quando houver mais de quarenta e cinco minutos de lição de

casa, prepare uma brecha de meio-tempo e divida uma tigela de pipocas ou sirva chocolate quente à criança. Faça talvez um rápido passeio em volta do quarteirão e converse sobre algo completamente diferente.

676. LIVRO INTERESSANTE/LIVRO ABORRECIDO
Quando a criança precisa resumir um livro, deixe-a compartilhar sua narrativa com a família na hora do jantar. Embora nem todos os livros atraiam o interesse da criança, encoraje-a a encontrar algo de valor nele. Deixe-a contar o que foi bom e o que não foi, porque ela acha que o autor o escreveu e se ela o recomendaria aos irmãos.

677. A REGRA DAS QUARENTA E OITO HORAS
Quando a criança tem como dever um grande relatório escolar, deixe-a marcar no calendário da família a data de entrega com dois dias de antecedência. Neste dia, peça para que faça o relatório ou mostre o projeto — uma espécie de "pré-estréia". Depois, se necessário, ele pode ser melhorado no dia seguinte sem as correrias de última hora.

PARTE 7: INSTRUÇÃO RELIGIOSA

Dentre todas as espécies de treinos domésticos, sua maneira de compartilhar sua crença em Deus e o que Ele faz por seus filhos é uma das mais importantes. Não evite a questão dizendo "a criança pode escolher quando ficar maior", pois isto apenas coloca a criança à deriva em um mundo difícil sem nenhuma âncora. Em vez disso, comece desde cedo a dar-lhe as ferramentas para viver aventurosamente seguindo as leis de Deus.
678. **NO SEU CAMINHO**
A ida e volta da igreja pode ser uma diversão educacional. Escolha um objeto facilmente visível dentro do carro (um sinal de trânsito, um cruzamento, um outro veículo). Depois, selecione um tópico (os Dez Mandamentos, as virtudes, o Pai-Nosso, as curas de Jesus, os livros da Bíblia). O jogo começa com o motorista e segue pelo automóvel por ordem dos assentos. Pressuponha que você escolheu um sinal de tráfego e os Dez Mandamentos. Quando alguém avistar um semáforo, o motorista deve dizer um dos mandamentos. No próximo sinal, a pessoa seguinte deve falar outro mandamento. Continue até que tenham citado todos os dez. Se alguém se atrapalhar, outra pessoa pode abrir a Bíblia e dar uma pista.

679. EU ACREDITO
Fale sobre sua religião. Quais são as crenças básicas? O que fez

sua família escolher esta religião? Convide outra família para ir consigo à igreja ou à escola dominical. Depois, vá à igreja dela para uma visita. Pergunte-lhe quais são suas crenças. Veja em quantos pontos vocês concordam. Não deixe que a religião seja algo para só uma vez por semana; torne-a parte da vida diária. Institua uma prática pequena à mesa no café da manhã, talvez a leitura de uma sugestiva citação da Bíblia. Inclua os livros de histórias da Bíblia aos outros de leitura de seu filho. No jantar, faça revezamentos para dizer uma oração pequena de agradecimento. Ensine à criança uma reza simples para a hora de dormir. Porém, acima de tudo, ensine sua religião pelo exemplo de seu comportamento diário.

680. ESCOLHA UMA FAMÍLIA

Converse sobre as várias famílias da Bíblia. Para os participantes, leve em conta as famílias de Jacó, José, Moisés, Davi e Jesus. Como os membros destas famílias tinham ligações com as outras? O que os pais faziam? Qual era o lugar das mulheres? Das crianças? A família apoiava o trabalho de seu filho famoso? Como era a infância naqueles tempos? Depois de comentar sobre diversas famílias, deixe cada um escolher aquela a que mais gostaria de pertencer e dizer por que.

681. O QUE FARIA JESUS?

Quando as crianças tiverem idade suficiente para entenderem a vida de Jesus e sua obra, apresente a idéia de usar a vida dele como um guia diariamente. Incentive o emprego de perguntas: O que faria Jesus? Por exemplo, quando uma criança se recusa a dividir um brinquedo, lembre-a de que Jesus disse para fazermos aos outros, o que gostaríamos que fizessem por nós (veja Mateus 5:38-48 e Mateus 7:12). Se um adolescente está preocupado por ser provocado no colégio, explique que Jesus caminhou exatamente em meio aos seus torturadores, despercebido e salvo (veja Lucas 416-18, 20, 28-30). Se um animal de estimação morreu e a criança está inconsolável, lembre-lhe de que Jesus prometeu que aqueles que choram serão consolados (veja Mateus 5:4). Os pais talvez precisem ajudar os filhos mais jovens a encontrarem as respostas aos seus problemas na Bíblia, porém os maiores podem achar as respostas sozinhos.

682. MANDAMENTOS CONTEMPORÂNEOS

Não existe nada ultrapassado a respeito das regras importantes para viver fornecidas por Deus a Moisés. Algumas vezes as palavras precisam de explicações, mas as circunstâncias para seu uso são as mesmas. Pegue um mandamento a cada semana. Escreva-o em letras grandes e coloque-o no quadro de avisos, na

geladeira ou numa parede perto do local das refeições. Depois de alguns dias, discuta seu significado para a vida de hoje. Como os deuses de hoje nos desencorajam de conhecer o Deus único? Existem ainda hoje imagens esculpidas? E o que dizer sobre blasfêmias? O que fazemos para tornar um dia especial o Dia do Senhor? Como as crianças "honram" os pais? O que quer dizer não matar, cometer adultério ou roubar? Alguma vez demos um falso testemunho? E está certo cobiçar se você mantém isso em segredo?

683. UMA ORAÇÃO SIMPLES

Na hora da refeição, inicie com uma ação de graças, dita lentamente e com atenção. Reveze para escolher e dizer a prece. Você pode ler os versos de abertura do Salmo 103, versículos 1-5. Aqui está outra oração:

Bom Deus, aqui estamos juntos pelo amor a Vós e por amor a nossa família. Agradecemos a Vós pela bondade de hoje e por esta refeição. Guie-nos e dê-nos Vossa proteção. Amém.

684. AUMENTO NAS PRECES DA HORA DE DORMIR

As crianças pequenas podem aprender apenas as duas primeiras linhas desta oração. Depois, quando tiverem cerca de cinco anos de idade, podem adicionar mais duas linhas e mais tarde as últimas quatro.

O dia terminou, o mundo descansa.
Guarde-me a salvo, guarde-me abençoado.
Amanhã ajude-me a aprender e brincar
Compartilhando amor pelo meu caminho.

Agradeço a Vós também por minha família.
Faça-os satisfeitos com o que realizo.
Quando em dificuldade, ouça minha prece.
Agora dormindo, guarde-me em Seus cuidados.

685. ORAÇÃO PARA O ADOLESCENTE

Quando as questões de auto-estima, pressões de rivalidade e o futuro começam a confrontar os jovens, continue a repartir com ele a idéia de orações para a orientação divina. Aqui está uma prece que um jovem adulto pode gostar:

Querido e amado Pai nosso
Guie-me durante o dia que se aproxima.
Dê-me força para apenas dizer não
Quando as tentações surgirem em meu caminho.

Ajude-me a amar quando vejo ódio
Deixe-me conhecer também a coragem!
Ensine-me o que preciso saber,
Mas mantenha-me a salvo no que fizer.

Contigo eu sei que não estou só,
Assim, ajude-me a fazer uma escolha honesta,
Livre-me dos receios e palavras rancorosas.
Sim, eu estou ouvindo a Sua voz.

686. "REZE POR MIM"
Uma criança sente-se muito confortada quando sabe que um dos pais reza por ela diariamente. Comente sobre as maneiras que você ora por ela — não para que ela consiga um certo brinquedo ou uma determinada nota na prova, mas orações para seu desenvolvimento em alegria, sabedoria, amor e outras expressões das bênçãos particulares de Deus. Fale à criança que Deus tem um desígnio especial apenas para ela. Incentive-a a contar-lhe quando algo a aborrece, a fim de que você possa rezar com ela e por ela. Quando um problema é resolvido através de uma prece, lembre-se de dizer isto à criança. Algumas crianças gostam de manter um livro pequeno de anotações intitulado "As graças que recebi de Deus".

687. HISTÓRIAS BÍBLICAS
Estas histórias mostram-se tão interessantes como as de outros livros e tratam de problemas que existem ainda hoje. Algumas boas são *Histórias da Bíblia para crianças* (Ed. Verbo), *Bíblia das Crianças* (James Bentley e Maria Isabel de Mendonça Soares, Ed. Verbo), e *A Grande Promessa* (Mons. Carlo Marcora, Ed. Maltese). Compartilhe as histórias da Bíblia na hora de deitar e em outras ocasiões de leitura. Faça uma lista de personagens que as crianças conheçam e junte a ela. Comece com estes: Noé, José, Moisés, Débora, Samuel, Rute, Davi, Daniel, Jesus, Pedro, João, Paulo e várias mulheres chamadas Maria no Novo Testamento.

688. BÍBLIA NO CAFÉ DA MANHÃ
Junto com a conversação no café da manhã, ouça a Bíblia. Deixe a família se revezar para ler em voz alta um trecho escolhido. Ouvir apenas de cinco a dez minutos a cada manhã pode iniciar o dia com uma mensagem positiva.

689. ORAÇÃO PARA UM GRANDE PROBLEMA
Às vezes uma criança tem o que parece ser um problema intransponível, e a única atitude que podemos ter é rezor com

ela e por ela. Eis aqui um exemplo de uma simples oração conjunta de pai e filho:

CRIANÇA: Meu Deus. Ajude-me a saber o que fazer.
PAI: Meu Pai Celestial, mostre-lhe o caminho.
CRIANÇA: Eu tento viver perto de Vós.
PAI: Mantenha-o a salvo a cada dia.
CRIANÇA: Mas as tentações são muito grandes.
PAI: Mas Deus é grande, a força única.
CRIANÇA: E eu tenho muito para aprender.
PAI: Seja seu Guia, divida Vossa sabedoria.
CRIANÇA: Faça-me participar do que está acontecendo.
PAI: Revele Seu desígnio especial para ele mesmo.
CRIANÇA: Deixe-me ser bom para mim mesmo.
PAI: Envolva-o em Seu amor.
CRIANÇA: E deixe-me mostrar aos outros que os amo.
PAI: Deixe sua luz brilhar para todos.
CRIANÇA: Sei que o Senhor pode me ajudar a vencer todas *as dificuldades.*

PAI: Com Deus, tudo é possível.
CRIANÇA: É o caminho certo, exato!
PAI: Amém.

690. OS LIVROS DA BÍBLIA

Deixe as crianças tornarem-se familiarizadas com os livros da Bíblia, contando-lhes uma história de cada um dos sessenta e seis livros (no curso de vários anos). Permita que a criança coloque um marcador em sua própria Bíblia nas histórias que conhece. As maiores podem encontrar quinze dos sessenta e seis livros escondidos no parágrafo seguinte. (Respostas no final desta parte).

Eu amo minha Bíblia e a protejo bem; uma vez marquei algumas anotações sobre seus livros ocultos. Esta luz caiu sobre mim; reparti todo o trabalho entre amigos e algumas pessoas se empenharam de verdade em atos para estudar o apocalipse, e partiram já imersas no estudo. Mas a verdade finalmente se deparou com numerosos amigos meus. Para outros, este relatório era uma real profissão. Espero também que você desfrute estes poucos minutos fascinantes de pesquisa. Sim, haverá alguns fáceis para localizar. Outros podem requerer a sabedoria de juízes para determinar o livro. E eu também devo admitir que em geral leva alguns minutos para achar os difíceis.

Haverá lamentações em voz alta quando você souber o quão simples é isto. Um pai diz que é quase breu pensar nisto. Vamos ver quantos você encontrou!

691. EQUAÇÕES DA BÍBLIA

Veja como bons meninos conhecem as histórias da Bíblia e

versos com estas equações bíblicas baseadas em números usados na Bíblia. Por exemplo: 7 = D. de C. Resposta: Dias de Criação. Algumas são mais difíceis que outras. (As respostas estão no final desta parte.)

1. 7 = D. de C.
2. 40 = A. de T.
3. 3 = A.S.T.: P.,F. e E.S.
4. 40 = D. de J. para J.
5. 40 = D. depois que N. abriu a J. da A.
6. 4 = L. da C. S., N. J.
7. 12 = F. de J., ou T. dos F. de I.
8. 10 = M. dados a M.
9. 9 = B. de J.
10. 20 = M. de P.
11. 12 = D. de J.
12. 150 = C. em S.
13. 3 = A. de P. de J.
14. 70 = A. de J.
15. 1 = D.
16. 3 = P. sob D.
17. 66 = L. da B.

692. O LIVRO DO CONFORTO

Leve a criança a uma papelaria e deixe-a escolher um livro em branco, do tipo que possui uma capa de pano e as páginas em branco para escrever. Comece redigindo uma citação. Depois, os pais e a criança acrescentam outras através dos anos. Escolha citações tiradas da Bíblia, poemas, discursos, hinos e cânticos. Quando a criança estiver triste ou doente ou precisando de conforto, as passagens deste livro serão importantes para ela. Há famílias que conservam tais livros por décadas e os transmitem de uma geração a outra. Uma boa primeira citação é esta da Bíblia: "Sê forte e corajoso, não receie nada, nem tenhas medo deles: pois o Senhor teu Deus está contigo. Ele não te faltará, nem te abandonará (Deuteronômio 31:6)."

693. UMA PRECE PARA OS PAIS

Arranje tempo para rezar a cada dia, tendo em seu pensamento cada pessoa da família. Eis a oração para o fim do dia:

Bom Deus,

Como este dia termina e penso nas suas alegrias e desafios, deixe-me agradecer por criar meu filho em um país livre, pelo apoio amoroso da família, amigos e professores, pelo progresso que meu filho fez tornando em passos largos os passos vacilantes, por perceber que meus presentes mais importantes

para meu filho não são *coisas,* mas *pensamentos.*
E pelo dia que logo vai raiar, dê-me a compreensão da preciosa singularidade de minha criança, a paciência e inteligência para mostrar-lhe o certo e o errado, a humildade de dirigi-la e soltá-la, o entusiasmo de viver como uma família venturosa.
Agradeço a Vós pelo privilégio passageiro de guiar um de Vossos filhos.
Deixe-me fazê-la contente, com esperança e, acima de tudo, com amor.
Amém e boa-noite.

RESPOSTAS AOS LIVROS OCULTOS: (na ordem de seu uso no parágrafo) Jó, Marcos, Lucas, Tito, Atos, Apocalipse, Jaime, Números, Ester, Reis, Rute, Juízes, Lamentações, Hebreus, Amós.

RESPOSTAS ÀS EQUAÇÕES DA BÍBLIA: (1) Dias de Criação; (2) Anos de Trevas; (3) A Santíssima Trindade: Pai, Filho e Espírito Santo; (4) Dias de Jejum para Jesus; (5) Dias depois que Noé abriu a Janela da Arca; (6) Lados da Cidade Sagrada, Nova Jerusalém; (7) Filhos de Jacó ou Tribos dos Filhos de Israel; (8) Mandamentos dados a Moisés; (9) Bem-aventuranças de Jesus; (10) Moedas de Prata; (11) Discípulos de Jesus; (12) Capítulos em Salmos; (1) Anos de Pregações de Jesus; (14) Apóstolos de Jesus; (15) Deus; (16) Príncipes sob Daniel; (17) Livros da Bíblia.

PARTE 8: ÉTICA ESSENCIAL

Honestidade e responsabilidade constituem os traços que os pais mais desejam em seus filhos. Estes são ensinados melhor pelo exemplo dos pais e conversas particulares. Comece com seu filho desde muito jovem, ressaltando a importância destas características.

694. RESPEITAR A LEI

Fale sobre as tendências atuais para esclarecer algumas leis: o limite de velocidade, informações sobre impostos, trapacear nas provas, roubos pequenos, ação de molestar sexualmente, beber quando menor de idade. Seja aberto nas áreas onde você talvez resulte menos do que perfeito; assim, as crianças se sentirão à vontade para comentar ocasiões em que ficam tentadas a infringir a lei. Veja se consegue encontrar motivos concretos

para se submeter rigorosamente às leis e meios de tornar a adesão mais fácil. Retome o assunto com regularidade para que os garotos saibam que é importante.

695. APENAS UMA VEZ
Comece cedo a usar esta frase "Eu vou dizer apenas uma vez". Isto promove responsabilidade, pois a criança deve ouvir e gravar na memória. É responsabilidade dela se recordar, e não sua de lembrá-la. Para iniciar, diga às crianças que vai falar apenas uma vez para fazerem certas tarefas. No fim do dia, elogie quem atendeu, lembrou-se e correspondeu. Aqueles que falharam em lembrar devem sofrer as conseqüências levantando-se mais cedo no dia seguinte para concluir o trabalho.

696. TOTALMENTE RESPONSÁVEL
Escolha uma atividade na vida doméstica que seja importante mas não questão de vida ou morte. Para os menores, pode ser hastear e recolher a bandeira. Para os maiores, pode ser lavar o carro duas vezes por mês. Explique que o serviço não será feito por ninguém mais e que se deixá-lo incompleto a família sofrerá por causa de sua irresponsabilidade. À medida que a criança cresce, libere-a cada vez mais de seus lembretes, deixando-a totalmente responsável pela maioria das atividades de sua própria vida. Algumas destas podem envolver a escolha de esportes do clube e pôr em prática os encargos de associado, fazer os projetos escolares e as lições de casa habituais, devolver os livros à biblioteca a tempo ou pagar as multas, escrever notas de agradecimento e levar roupas limpas de ginástica e outros itens para a escola. A responsabilidade do genitor é amparar a criança dando-lhe tempo para fazer suas atividades e o sistema de independência para recordar-se sem lembretes.

697. O DIA DE AVALIAÇÃO
Os prazos de entrega são partes importantes da vida no lar, trabalho ou escola. Certas tarefas devem ser cumpridas em datas estabelecidas. Estruture seu sistema de forma que haja uma revisão regalar nos prazos dos deveres, talvez nas noites de sexta-feira antes de começar o fim de semana. A lista da criança lhe mostrará o que continua inacabado. Sua recapitulação junto a ela permitirá que entre feliz no fim de semana, sabendo que fez o que se esperava dela... ou que ela tem algo atraente para fazer depois.

698. FALAR A VERDADE
Nós desejamos que as crianças falem a verdade, mas quando

uma criança mente, a questão não é que ela mentiu, mas *porque* o fez. Mantenha a calma quando descobrir uma mentira ou outra desonestidade. Leve a criança para um lugar sossegado. Comece um diálogo perguntando o que ela estava fazendo antes; depois

mude para a hora em que mentiu. Pergunte em que estava pensando, o que tentava realizar. Veja se podem falar juntos sobre a mentira e maneiras de realizar seus desejos sem mentir. Quando tiver terminado, mostre sua forte desaprovação à desonestidade e sua fé e esperança de que ela seja honesta.

699. REPITA

Quando ouvir algo que você não acredita ser verdade, peça à criança para repetir, bem devagar, lembrando de cada detalhe. Ou então, se isto envolver uma briga ou conversa entre duas crianças, deixe-as representarem a ação. Geralmente a mentira desaparece sob esta fiscalização de perto.

700. ESCREVA ISTO

É fácil dizer uma mentira, mas nem tanto escrevê-la. Quando uma criança que já sabe escrever fala uma possível mentira, não discuta; apenas peça-lhe para redigir a respeito, com muitos detalhes. Você talvez ache que na forma escrita está mais perto da verdade. Porém, talvez você descubra que ela enterrou a mentira com narrações verdadeiras. Então, aceite o que ela redigiu e considere um pouco por vez, concordando com o que é verdadeiro e cumprimentando-a por isto. Questione o que achou falso. Desde que você concorde com as afirmações verdadeiras, ela pode prontamente desistir dos informes falsos como um engano.

701. VAMOS FAZER DE CONTA

Para as crianças mais novas, use o "vamos fazer de conta" para achar a verdade. Pressuponha que uma criança tirou um doce sem permissão e mente a este respeito. Comece dizendo "Vamos fazer de conta que é uma hora atrás e você está com muita fome. O que faria para comer um doce?" Quando a criança der uma resposta aceitável, elogie. Em seguida, pergunte qual seria o modo errado de agir. Depois, proponha se gostaria de contar-lhe o que aconteceu. Seja clemente na primeira vez, mas não deixe a desonestidade tornar-se um hábito.

702. CRIE ALGUMAS REGRAS CONTRA A MENTIRA

Quando uma criança tem o hábito de mentir, é hora de fazer algumas regras para ela. Estas podem ser sobre mentiras em relação à tarefa escolar, brincadeiras, quebra de objetos, roubos e todas as outras áreas de "Eu não fiz isto". Deixe-a ajudar a decidir as conseqüências por quebrar as regras. Estabeleça

punições maiores para a criança pega numa mentira do que para a que admite seu erro. Em algum período particular a cada semana, fale com seu filho. Peça-lhe para avaliar como está se sentindo sendo mais confiável. Numa escada de um a dez

(sendo dez o mais confiável), como ele está se portando? Mantenha isto regularmente. (Para mais detalhes de ética, ver o capítulo 10, parte 4 sobre discussões resolvendo problemas e também o capítulo 8, parte 5 sobre educação cívica e trabalho).

PARTE 9: HERANÇA DE FAMÍLIA

Há deveres para ambos os pais e avós em comunicarem a sabedoria acumulada no passado e compartilharem amor dentro da família em expansão. Não importa se seus pais estão perto ou distantes; tente incluí-los na vida familiar. Deixe que tragam suas habilidades especiais, reforcem suas boas idéias, apresentem um ponto de vista diferente mas positivo. Se os avós vivem afastados, eles podem querer "adotar" crianças das redondezas e apreciar algumas destas atividades.

703. A ÁRVORE DA FAMÍLIA

Use um pedaço comprido de papel de forrar estante ou outro papel de bom tamanho. Com a ajuda de seus filhos, elabore uma árvore genealógica colocando as crianças e seus primos na *base*. Depois, trabalhe para cima de sua geração; então, mais alto para os avós, e assim por diante — o mais distante para trás que você puder se lembrar com facilidade. Deixe as crianças colaborarem com as letras e a decoração. Posicione a árvore na parede onde a família faz a refeição. Fale sobre as pessoas na árvore: onde viveram, seus trabalhos e passatempos favoritos.

704. O LIVRO DOS AVÓS

Monte um arquivo de papéis avulsos denominado "Avós". Ajude seu filho a colocar nele algumas notas sobre o que já sabe a respeito dos avós: sua casa, profissão, viagens, esportes e talentos. Quando estiverem todos reunidos, incentive os avós a contarem histórias de sua mocidade, ou quando você era criança, e os excitantes eventos mundiais pelos quais passaram. Velhos álbuns de recortes ou fotografias podem contribuir. Mostre que os avós podem fazer mais do que cuidar de netos! Torne-os uma parte integral da vida em família, dando uma perspectiva diferente ao lar, à comunidade, aos eventos mundiais. Deixe a criança acrescentar no livro dos avós a cada visita. Existem à disposição livros de capa dura com páginas em branco, mas fazer o seu próprio pode ser mais divertido!

705. O ESPECIALISTA

Escolha um projeto, esporte ou habilidade em que o avô ou avó

se destaque (jogo de boliche, trabalhos em madeira, costura, violão, etc.). Deixe o avô ou avó e uma criança terem uma oportunidade de só os dois para compartilharem esta atividade. Às vezes um dos avós pode se especializar em transporte — sendo o motorista regular para as aulas, festas ou escola dominical. Os resultados são triplos: apreciação pelas habilidades do avô, companheirismo e a união de três gerações.

706. FESTIVAIS TÍPICOS

No jornal, procure festivais oferecidos por uma nacionalidade, que não precisa ser de sua ascendência. Quando a família visitá-los, aprenderá sobre as habilidades, comidas, história e música de outro país e estará apta a compará-lo com suas tradições familiares.

707. A ANTIGA VIZINHANÇA

Leve as crianças para a vizinhança onde você cresceu ou viveu antes ou quando elas nasceram. Veja as escolas, lojas, cinemas e casas que você se lembra. Ou então, visite uma cercania desconhecida em sua cidade. Olhe para as residências, prove a comida típica e visite as lojas e o parque.

708. DINHEIRO VIVO

Os pais podem ajudar os avós com sugestões sobre os presentes que as crianças desejam. Desencoraje dar em dinheiro; um presente que[4] o avô escolheu especialmente para seu neto é mais significativo. Às vezes, porém, o avô quer dar dinheiro ao neto; sugira então que o faça deste modo para torná-lo um presente festivo. Troque a quantia por notas de 1 real. Providencie uma bexiga para cada nota. Enrole cada nota e empurre-a para dentro do pescoço do balão. Depois encha-os de ar e amarre-os num feixe com uma fita e um cartão pendente. Isto é muito mais divertido do que receber um cheque e um comentário "Eu não sabia o que você queria." (Um avô interessado *deveria* saber do que o neto gostaria). O recebedor pode soltar cada nota de uma única maneira: correr e pular sobre elas ou estourar com um alfinete, um pé, um joelho, de costas, com o queixo, ambas as mãos ou com a testa.

709. PASSOS DE DANÇA

Até mesmo a criança mais nova gosta de dar passos de música. Retire alguns discos velhos e mostre os passos populares de sua

mocidade: o *twist,* o samba, a marcha. Depois, pratique algumas danças folclóricas simples como a polca ou o fox-trote. Veja se pode envolver os avós, primos, tios e tias para dançarem juntos.

710. CANTE UMA MÚSICA

Ensine uma canção de língua estrangeira ou deixe um amigo fazê-lo: "Frère Jacques", "Aloha Oe", "La Cucaracha". Aprenda o significado das palavras em português. Tente utilizar uma ou mais palavras estrangeiras na conversa diária.

711. PATRIOTISMO DE HOJE

Faça do amor à sua pátria parte da herança familiar. Nós passamos muito tempo falando sobre o que está errado em nosso país e vendo exemplos na TV. Comece uma lista do que está *certo* no Brasil. Deixe as crianças acrescentarem à lista os itens de que gostam no país, em sua cidade, escola e seu lar. Leia alguns versos patrióticos e discuta como chegaram a ser escritos. Aprenda o Hino Nacional e o Hino à Bandeira. Compre uma bandeira e aprenda o cerimonial de seu uso. Hasteie a bandeira todos os dias. Converse a respeito da história do Brasil em termos infantis; inclua sua descoberta, suas revoluções e tempos de paz, seus inventores, artistas, atletas, músicos, escritores e patriotas.

712. ÁLBUNS DE FOTOS E TÍTULOS INFANTIS

Estes não precisam ser velhos livros empoeirados recheados de rostos desconhecidos! Cada vez que acrescentar uma fotografia, escreva de forma resumida a data, o evento e a identidade das pessoas em cada foto. As gerações futuras lhe agradecerão! Mantenha o atual álbum de fotografia onde todos possam olhar para ele regularmente. Os livros tornam-se mais emocionantes quando você encoraja as crianças a escreverem comentários acompanhando os retratos. Às vezes os títulos infantis são mais divertidos do que as fotos.

713. "ESTA É A MINHA VIDA"

Graças ao sistema de cópias, atualmente você pode ter fotografias extras para a próxima geração. Quando as crianças nascem, comece um álbum intitulado “Esta é a minha vida" para cada uma. Durante os primeiros anos você colocará as fotos, mas depois deixe a criança manter o livro atualizado. Quando ela formar seu próprio lar, terá um bom começo para seus fatos dignos de lembrança, mas você também terá cópias no seu próprio álbum.

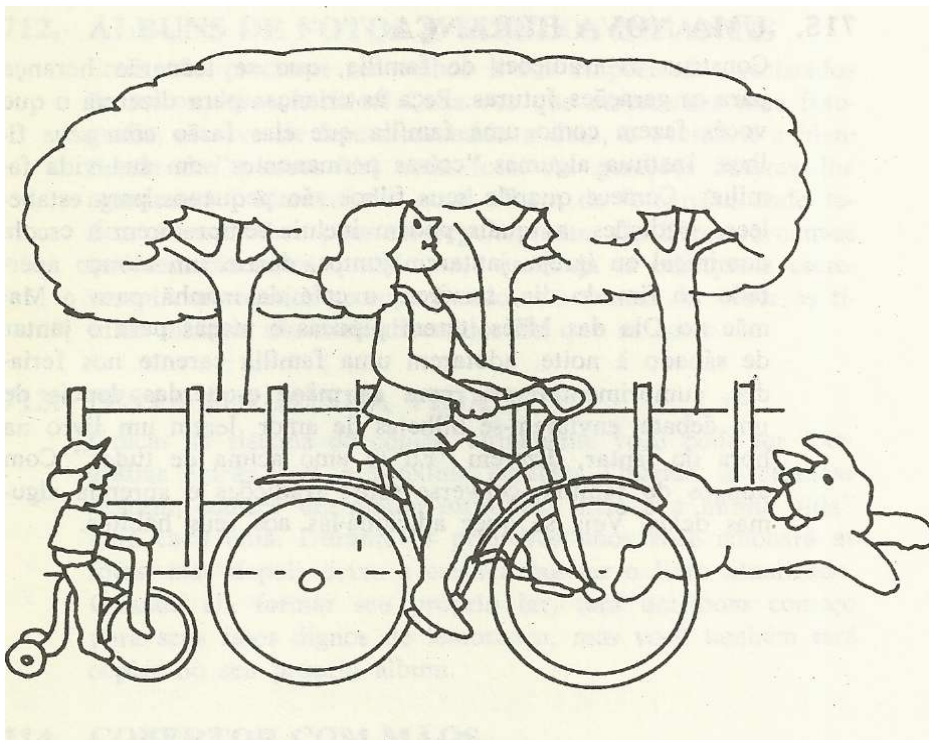
714. COBERTOR COM MÃOS

Um projeto que pode servir de herança é fazer um acolchoado especial. Este projeto pode mesmo se iniciar com uma coberta comprada ou um acolchoado de cor firme. Escreva a *todos* os parentes, pedindo-lhes para fazerem o contorno de suas mãos

direitas sobre um pedaço de papel e enviá-los a você. Se quiserem, podem mandar junto um pedaço de tecido de que gostem ou que tenha um significado especial para eles. Usando os contornos em papel, corte as mãos em tecidos e alinhave-as num círculo largo sobre o cobertor, com os dedos apontando para fora e as mãos quase se tocando. Talvez você queira colocar um pouco de algodão embaixo das mãos antes da costura final sobre o acolchoado. Deixe seus filhos ajudarem. Costure os nomes embaixo de cada mão e peça para os auxiliares costurarem seus nomes nas costas. Isto forma uma bela lembrança familiar e também pode ser um presente para os avós numa data especial ou aniversário.

715. UMA NOVA HERANÇA

Construa as tradições de família, que se tornarão herança para as gerações futuras. Peça às crianças para dizerem o que vocês fazem como uma família que elas farão com seus filhos. Institua algumas "coisas permanentes" em sua vida familiar, Comece quando seus filhos são pequenos para estabelecer tradições, as quais podem incluir sempre irem à escola dominical ou igreja, jantarem juntos, darem um abraço apertado no fim do dia, servirem o café da manhã para a Mamãe no Dia das Mães, terem pipocas e maçãs para o jantar de sábado à noite, adotarem uma família carente nos feriados, cumprimentarem-se com as mãos esquerdas depois de um debate, enviarem-se bilhetes de amor, lerem um livro na hora do jantar, dizerem "Eu te amo acima de tudo!" Com amigos da família, converse sobre tradições e aprenda algumas delas, Veja se quer adicioná-las aos seus hábitos.

NOVE
A BOA VIDA

Segurança, exercício, alimentação, uma sensação de bem-estar — estas necessidades talvez pareçam aborrecidas, mas na verdade podem ser divertidas, com as idéias deste capítulo.

Parte 1: Boa e segura
Parte 2: Boa e sadia
Parte 3: Boa e nutritiva
Parte 4: Boa e feliz

PARTE 1: BOA E SEGURA

Nos dias atuais, infelizmente, precisamos ser super protetores com nossos filhos em muitos sentidos. É importante sermos objetivos e sérios com elas neste aspecto, sem causar alarme. Tente colocar em prática estas idéias durante um período de um mês e então, adote algumas delas regularmente.

716. TELEFONE EM AÇÃO

Antes de deixar seus filhos pequenos atenderem o telefone, faça-os "fingir que respondem", Faça a criança pegar o telefone, porém mantenha o dedo sobre o botão. Você faz o som da campainha e a deixa atender o chamado. Pratique respostas para quando a criança estiver sozinha na casa, quando um aos pais estiver ocupado e não puder atender, ou quando a pessoa que chama pergunta o nome da criança. Ajude-a com as respostas certas até que isto se torne natural para ela. Mostre-lhe como fazer ligações telefônicas para um vizinho ou para a vovó.

717. PRÁTICA DO 190

Com o auxílio da criança, coloque o número do telefone de emergência da polícia (190) em cada aparelho. Depois, pratique fazer uma chamada discando os números certos (a mãe segura o gancho para baixo). Exercite também a conversa que a criança teria e veja se ela consegue fornecer o endereço correto logo na primeira vez. Enfatize a importância de *nunca* usar este número exceto em uma emergência,

718. FOTO ATUALIZADA

Hoje em dia, as autoridades exigem que tenhamos disponíveis fotos atualizadas de nossos filhos, caso sejam necessárias para identificação de emergência. Faça isso para sua proteção, mas torne divertido, Duas vezes por ano, tire fotografias individuais de rosto inteiro das crianças e dos pais. Coloque-as no quadro de avisos, e depois, quando tiver tirado as fotos seguintes, ponha as antigas no álbum da família. Você se surpreenderá ao ver como as crianças mudam.

719. ABRIR PORTAS

Fale o que uma criança deve fazer quando tocam a campainha. Abrir a porta? Perguntar quem é? Chamar um adulto? Dizer que não tem ninguém em casa? Dar uma espiada? Não responder? Então, faça um treino verdadeiro deixando uma outra criança ou um amigo tocar a campainha. Repita isso muitas vezes até que a criança fique confiante no que você quer que ela faça.

720. TREINAMENTO DE INCÊNDIO

Vá para cada ambiente da casa, principalmente a cada quarto. Fale sobre caminhos alternativos para sair do quarto ao exterior em caso de incêndio. Mostre um objeto que poderia ser usado para quebrar e abrir a janela. Indique para todos os membros da família onde estão os alarmes de fumaça, como soam quando disparados, onde se localizam os extintores de incêndio e como funcionam e onde a família deve se encontrar lá fora em caso de incêndio. (Examine os extintores regularmente para ver se estão carregados de acordo.) Faça um exercício de incêndio pelo menos duas vezes por ano. Fale a respeito do que fazer em caso de outros desastres (terremoto, furacão, maremoto, enchente, etc.) comuns em sua cidade.

721. CANIVETES

A maioria das crianças fica fascinada com canivetes e deseja possuir um próprio. Realce que o canivete é uma ferramenta útil — nunca um brinquedo, um objeto para se atirar ou deixar jogado ao acaso. Mostre como abrir um canivete, como cortar com ele e como fechá-lo com segurança. Esclareça que deve ser guardado limpo e seco. Ensine como lubrificá-lo de vez em quando. Deixe a criança usar um canivete para aparar uma

vareta de assar carne ou descascar uma maçã. Chiando ela tiver demonstrado bons hábitos de segurança, deixe-a economizar para comprar um canivete simples para si própria, sabendo que se utilizá-lo indevidamente ele será confiscado. Alguns canivetes têm uma lâmina mais robusta que outros instrumentos como o abridor de latas e a chave de fenda, tornando-os mais úteis.

722. O CUIDADO COM FÓSFOROS

Uma das principais causas de incêndio no lar é a criança brincando com fósforos. Mantenha-os fora do alcance de crianças pequenas e também deixe muito claro que se ela for pega com fósforos haverá maior punição. Sob sua supervisão, mostre-lhe como acender um fósforo e como acender uma vela com ele. Ensine como apagá-lo, como verificar se ele está completamente apagado e como se desfazer dele de maneira adequada. Permita que seu filho acenda vinte ou trinta palitos em sua presença para dissipar sua fascinação. Deixe-o acender as velas nos bolos de aniversário, começar a chama da churrasqueira, e assim por diante, explicando *quando* e *onde* utilizá-los.

723. O COMPORTAMENTO COM ESTRANHOS

Sem assustá-la, ensine a criança a *nunca* chegar perto do carro de um estranho, mesmo que ele a chame pelo nome, e nunca aceitar um passeio, doce ou qualquer coisa de um estranho. Diga-lhe para desprezar comentários do tipo "Sua mãe mandou-me pegá-la." Explique que a palavra *estranho* pode incluir pessoas que ela talvez já tenha visto perto das escolas ou lojas, pessoas que parecem muito simpáticas e amigáveis. Quando um estranho tenta falar com uma criança pequena, a criança deve correr o mais rápido possível para um adulto (ou para um garoto maior, se não tiver nenhum adulto por perto) e contar o que aconteceu. Se você for divorciado e seu filho não deve ir com o outro cônjuge, diga a ele de maneira gentil e firme o que a lei decidiu em seu benefício. Explique também que alguém — talvez mesmo um parente — pode tentar tocar em suas áreas íntimas, e que ele não deve temer em contar-lhe imediatamente.

724. PRIMEIROS SOCORROS

Mantenha uma reserva de curativos ao alcance das crianças pequenas. Mostre como limpar um corte sob água corrente e como aplicar um curativo em um dedo. Diga-lhe que você quer saber quando ela se machucou, mas que também deseja que ela saiba o que fazer se você não estiver por perto imediatamente. Demonstre como estancar o sangue por pressão ou mantendo a área com o corte acima da altura da cabeça. Para um corte

maior, ensine como colocar a bandagem e atar com um cachecol amarrado com um nó firme. Mostre como tratar queimaduras com água fria, como curar tonturas sentando com a cabeça entre os joelhos e como remover lascas com pinças. Deixe a criança treinar sob sua supervisão.

725. PERDIDO NO SHOPPING CENTER

Quando entrar num *shopping,* mostre uma loja perto de onde você entrou. Em frente a esta loja será o lugar onde você procurará uma criança maior que se separou. Para uma criança menor, mostre os guardas de segurança e os caixas das lojas como pessoas que podem ajudar. Conte-lhes que elas podem ser levadas ao escritório para esperarem até que você seja notificada e possa vir rapidamente. De vez em quando brinque o jogo "A quem você pediria para ajudá-lo se ficasse separado de mim agora?" até que as crianças pequenas entendam o que fazer.

726. PERDIDO NO CAMPO

Quando a família sai de bicicleta, mostre a sede do acampamento, indicações de trilhas e outros sinais no solo. Faça as crianças menores dirigirem a bicicleta no meio de adultos ou entre crianças maiores. Crie um grito de família (o sobrenome, "Hurra" ou "Vamos") e use de vez em quando para que você saiba que os ciclistas estão dentro da distância do grito. Algumas famílias possuem um apito ao qual, todos respondem. As crianças pequenas não devem sair sozinhas para fora da trilha. Diga a seus filhos que isto é o que os especialistas em regiões agrestes sugerem para fazer se ficarem separados do grupo: mantenha a calma e guarde as energias, fique exatamente onde está, sente-se num local abrigado e chame ou apite a intervalos regulares.

727. E SE?

Antes que a criança vá para a escola, ela precisa saber o que fazer se você se atrasar para ir buscá-la. Quanto tempo deve esperar? Para quem ela deve contar? Para onde deve ir? Costure um bolso pequeno em sua jaqueta ou na mochila. Usando papel laminado, embrulhe bem apertado uma ficha telefônica para um chamado especial e use uma fita camuflada para segurar a ficha no bolso. Coloque junto à ficha dois ou três números de telefone: pai, vizinho, parente e também um número apenas para emergência como o 190 (da polícia).

728. SEGURANÇA COM FOGUEIRA

Treine fazer uma fogueira e extingui-la da maneira adequada. O local da fogueira deve situar-se em terra plana, areia, cascalho, barro ou pedra, com a área circundante livre de qualquer

material que possa pegar fogo. Mostre como reunir madeira seca, incluindo galhos e algumas folhas bastante secas. Construa uma fogueira no estilo de tenda de índio ou estilo entrecruzado utilizando uma mecha ampla. Ensine como acender o fogo de costas para o fogo. Depois de usar a fogueira, mostre como apagá-la borrifando a água (não jogando) sobre as brasas. Agite a fogueira e continue a borrifar até que reste apenas cinza molhada. Vire os tocos restantes e molhe todos os lados. Depois, umedeça o chão em volta da fogueira. Em seguida, cubra a área da fogueira com terra para que pareça como se ninguém tivesse estado lá.

729. DIRIGIR COM SEGURANÇA

Comece a ensinar desde cedo às crianças pequenas os hábitos de dirigir com segurança usando palavras e exemplos. Um pré-escolar adora ter um volante em sua cadeirinha de carro. Nunca deixe um motorista sem licença conduzir ou sentar em seu colo enquanto você dirige! Se o fizer, estará incentivando a criança a infringir as regras de trânsito. Peça-lhe para observar os outros motoristas corteses ou com direção perigosa. Deixe um escolar de ensino primário brincar de "Se eu estivesse guiando" e dizer quando ele acha que você pode passar, diminuir a marcha, mudar de pista, usar o pisca-pisca ou encher o tanque de gasolina — mas não se esqueça de seguir seu próprio julgamento.

730. SEGURANÇA NA ÁGUA

Ensine às crianças menores para ficarem longe de corpos d'água, incluindo piscinas, a menos que você esteja com elas. Mostre-lhes também como atirar a bóia salva-vidas ou uma corda para alguém dentro da água, em caso de emergência. Em alguns casos, a pessoa pode ser alcançada com uma vara, um galho ou uma camisa, mas a família deve treinar estas técnicas.

Ensine aos maiores como nadar para trás da vítima e passar uma das mãos à volta de seu ombro e peito e por baixo do outro braço, a fim de carregá-la enquanto nada para o salvamento com um braço e dando impulso com as pernas como tesouras.

731. REGRA DA COMPANHIA

Crianças com menos de dez anos devem ter sempre a companhia de alguém tanto em casa como quando deixadas no carro em um estacionamento. Quando as crianças saem ao ar livre depois do jantar, devem ir sempre em duplas. Quando pedir para seu filho dar um recado, mande junto uma segunda criança ou um adulto. No cinema, ao deixar a criança ir ao banheiro ou comprar um doce, mande duas. A regra da companhia serve para segurança e ao mesmo tempo proporciona

a diversão do companheirismo.

732. APRENDER DE CABEÇA PARA BAIXO

Às vezes as crianças menores precisam praticar para aprenderem os números de seu endereço ou telefone. Para ajudar, escreva os números claramente num cartão de 7 cm por 12 cm. Deixe a criança adicionar uma gravura pequena para torná-lo bonito; depois, prenda o cartão com alfinete de cabeça para baixo na camisa da criança. Enquanto brinca em volta da casa, ela olhará para baixo e verá os números com facilidade. Você ficará surpreso ao ver como ela aprenderá rápido.

733. AUXILIARES CONFIÁVEIS

Fale sobre o que os bombeiros e policiais fazem para manter a lei e a segurança. Mostre como identificá-los pelo uniforme e veículos motorizados. Deixe a criança treinar fingindo ser um bombeiro com uma mangueira e um falso incêndio; ou então brincar de policial, parando triciclos em velocidade ou segurando um garoto que finge atravessar a rua correndo para pegar uma bola. Quando encontrar um policial andando na rua, apresente seu filho a ele. Isto ajuda a suplantar o medo de uma pessoa grande uniformizada, levando uma arma!

PARTE 2: BOA E SADIA

Incentive a criança pequena a apreciar corridas, ciclismo, jogos de bola e outras atividades esportivas saudáveis como parte da vida diária, sem que as considere uma tarefa obrigatória.
Examinem juntos livros de esportes e levem em conta uma variedade dos que ensinam a auto-disciplina, concentração e relaxamento. Seria possível aprender um novo esporte durante as férias de verão?

734. QUE ALTURA?

Escolha um lugar em casa, como a lavanderia ou a garagem, onde você não se importe em. fazer marcas permanentes na parede. Use uma fita métrica para marcar os centímetros na parede. Depois, deixe cada criança e pai ficar de pé contra a parede e riscar sua altura, escrevendo a data e seu nome. Faça isto duas vezes por ano.

735. PRÁTICA DE POSTURA N.° 1

A maior negligência ocorre na hora das refeições. Pode parecer engraçado, mas tente lembrar-se deste corretivo. Cada pessoa da família deve sentar-se no mesmo lugar por um mês. Antes da refeição, pendura um fio longo do teto sobre cada cadeira, usando uma tacha. Deixe argolas de cortina à disposição. Quando cada pessoa sentar-se, peça-lhe para fazê-lo com as costas retas. Amarre a argola na linha de maneira que ela toque

de leve na cabeça e retire o excesso de fio. Faça isso também para os pais. Sem ser irritante, deixe que os membros da família lembrem uns aos outros quando eles tiverem caído e sua argola balançar livremente. Boas palavras para isto são "Não tilinte a argola, Jaime" ou "Sua auréola está solta, Carolina."

736. PRÁTICA DE POSTURA N.° 2

Jogue "Sem as Mãos" quando estiver lendo um livro ou após terminar o trabalho. Incentive o retorno dos livros, agendas ou papéis aos seus lugares apropriados usando a cabeça e não as mãos. Um desfile da família com os livros na cabeça é divertido. Veja quem consegue chegar até seu quarto ou estante sem deixar cair seu livro.

737. A GAVETA PARTICULAR

Dê a cada criança uma gaveta ou uma prateleira na parte de baixo do armário do banheiro para guardar objetos pessoais: escova de dentes e pasta, fio dental, escova e pente, *band-aid,* copo, loção, alicate de manicure quando tiver idade suficiente para manuseá-lo de forma apropriada. Ajude a criança a identificar suas próprias toalhas e roupas de banho; se necessário, coloque uma etiqueta na barra de sua toalha. Isto reduz a sociedade dos itens. As adolescentes também apreciam ter espaços separados para seus próprios cosméticos. As famílias maiores podem fornecer a cada filho uma bandeja portátil de plástico que é guardada no quarto, mas viaja para o banheiro.

738. DENTES ALFABÉTICOS

"Por quanto tempo escovo os dentes?" é uma pergunta comum das crianças. Responda: "Durante o alfabeto". Em geral leva alguns minutos para a criança passar por todo o alfabeto denominando algo para cada letra, por exemplo: *"A* é para água, *B* é para bolo, *C* é para carro."

739. ESCOVA DE DENTES VIAJANTE

Algumas escolas agora estão incentivando escovar os dentes após o almoço. Se a escola de seu filho não adotou este hábito, fale com os encarregados. Seu filho não vai querer ser o único no colégio com uma escova de dentes viajante! Se não for possível a escovação, estimule a criança a terminar a refeição com uma maçã ou outro alimento tostado que fará soltar as partículas de alimento acumuladas nos dentes. Depois a criança poderá beber um gole grande d'água para enxaguar os dentes. Em casa ou durante passeios com a família, escovar ao meio-dia é muito mais fácil.

740. UMA PELE VISTOSA

Faça os cuidados com a pele tornarem-se divertidos. Ao lado de pelo menos duas lavadas por completo ao dia, alguns jovens se divertem com o uso de um creme hidratante ou uma loção no rosto. Eles gostam de parecer brilhantes na hora antes de dormir! Deixe a criança ter seu próprio pote de uma loção ou creme puro e simples. Mãos, cotovelos, joelhos, pés, atrás das orelhas — são todas regiões para os cremes. Quando a criança ficar brincando sob sol forte, forneça uma loção ou óleo protetor de sol. Com uma lente de aumento, permita que seus filhos olhem a pele uns dos outros. Quando enxergarem os poros que existem, ficarão mais ansiosos para cuidar de suas peles.

741. CHUVEIRO COM SEGURANÇA

Mesmo os pré-escolares podem aproveitar a alegria de uma chuveirada em segurança. Se o chão não for antiderrapante, compre um tapete. Forneça sabonete preso num fio. A hora do banho é ótima para cantar, recitar, gritar, dar agudos e imitar os sons de vários animais. Quanto mais divertida, mais limpa a criança fica!

742. UNHAS ENCARDIDAS

As crianças maiores podem apreciar trabalhos mecânicas, pinturas e outros serviços que resultam em reunir sujeira embaixo das unhas. Fale da idéia da unha limpa e proponha que tentem primeiro em uma só mão, para ver a diferença. Antes de começar a trabalhar no projeto, use uma barra *seca* de sabão para esfregar os nós dos dedos e as palmas. Depois, arranhe as unhas no sabão de modo que ele fique realmente debaixo das unhas. Quando se lavar depois do empreendimento, as mãos e unhas tratadas assim ficarão limpas com facilidade.

743. AS OITO OBRIGAÇÕES MATINAIS

Faça uma lista dos itens que precisam ser feitos de manhã. Coloque-a no espelho do banheiro, para que toda a família possa vê-la. Isto inclui: 1) fazer as necessidades fisiológicas (um OK para eliminação), 2) lavar (ducha/banho), 3) escovar os dentes, 4) escovar as unhas, 5) deixar o banheiro arrumado, 6) fazer a cama, 7) se vestir e 8) pendurar o pijama. Comece desde cedo a ensinar a criança que não há brincadeira, café da manhã ou passeios fora de casa até que as tarefas matinais estejam completadas. Algumas crianças podem precisar de uma tabela pequena para conferirem os elementos de rotina.

744. AS OITO OBRIGAÇÕES NOTURNAS

De novo, mostre o que você deseja feito através de palavras ou desenhos colocados no banheiro. As oito obrigações da noite

incluem: 1) lavar, 2) escovar os dentes, 3) escovar as unhas, 4) deixar o banheiro arrumado, 5) roupas sujas para o cesto, 6) separar a roupa para o dia seguinte, 7) fazer as necessidades fisiológicas e 8) beber um pouco d'água.

745. ACOMODAÇÃO LITERÁRIA
Inicie seus filhos nestes exercícios em posição sentada, os quais podem ser feitos enquanto estiverem lendo ou fazendo alguma lição de casa: 1) os braços estendidos para os lados, fazer vinte círculos com as mãos; 2) virar a cabeça dez vezes para a esquerda e dez para a direita, indo um pouco mais longe a cada vez; 3) levantar os joelhos para cima, rodando os pés para fora, e os dedos do pé em ponta, quinze vezes; 4) juntar as mãos nas costas, curvar para trás levantando o queixo o mais alto possível, depois abaixando o queixo para o peito, dez vezes; estender os pés e tentar tocar os dedos dos pés enquanto sentado, dez vezes. Estes movimentos despertarão o corpo e permitem maior tempo de leitura ou de sessões de tarefas escolares.

746. PATINANDO SOBRE RODAS
A patinação constitui um bom exercício em conjunto. Quando as calçadas da vizinhança ou rinque de patinação se tornarem aborrecidos, tente patinar no parque. Muitos parques possuem trilhas amplas onde patinar é seguro e resulta numa agradável variação das caminhadas a pé. Alguns parques têm regras contra a patinação; portanto, procure se informar antes. Você talvez deseje alugar botas de patinar. Mostre os pontos básicos desta atividade. Leve consigo uma corda curta para que um patinador cansado possa ser puxado. Leve um lanche para piquenique nas mochilas às costas e aproveite-o no meio-tempo ou aos poucos em locais diferentes ao longo do caminho.

747. COOPER PARA DUAS PESSOAS
Enquanto um dos pais fica em casa com uma criança pequena, o outro e uma criança fazem um *cooper* na manhã do fim de semana, seguido por um banho de chuveiro e um caloroso café da manhã. O companheirismo a dois constrói vínculos familiares. Isto é ótimo para um pai que trabalha fora e não vê a criança por um longo período durante a semana.

748. PEDALAR COM SEGURANÇA
Com a família, planeje um passeio de bicicleta voltado para a segurança ao pedalar. Deixe um membro da família levar um papel e lápis e ser o escritor, anotando todas as boas idéias. Antes de sair, fale sobre as roupas e sapatos apropriados. Pare de pedalar a intervalos regulares para recolher idéias sobre estes

assuntos: sinal de mãos, passagem, o que fazer quando um carro vem se aproximando por trás, contornar à esquerda, velocidades seguras, corridas em ladeira, carregar pacotes, o que fazer quando a bicicleta fica desgovernada, trocar um pneu e manter a bicicleta em boas condições mecânicas. Deixe as crianças escreverem todas as sugestões para o jornal escolar e você também poderá compartilhá-las com o jornal local destacando os bons lugares para andar de bicicleta em segurança na comunidade.

749. OS CLUBES

Use um clube, a ACM ou uma piscina local para a família participar na hora de nadar. Visite vários deles junto com a família antes de se decidir a qual se associará. Procure liquidações de equipamentos e ocasionalmente monte seu próprio "clube de conveniência" com uma barra fixa, aparelho para remar, pesos, bicicleta fixa e outros equipamentos.

750. ANDAR VERSUS IR DE CARRO A ESCOLA

Caminhar para a escola constitui um excelente exercício e particularmente agradável se um dos pais pode acompanhar durante uma parte do percurso. Induz a criança a pensar e olhar o mundo à sua volta enquanto anda. Porém, se seus filhos precisam ir de condução, leve em conta sair um pouco mais cedo, o suficiente para deixá-los descer uns quarteirões antes da escola ou no lado distante do *playground* do colégio.

751. EXERCÍCIO NATURAL

A vida de uma criança pode se tornar tão sistematizada que ela não tem tempo para o exercício natural. Ela não precisa ler aulas especiais se você fornecer estas oportunidades: subir (ensina equilíbrio e estratégia em colocar o pé no apoio seguinte), balançar (fortifica braços e pernas, principalmente se ela se arrojar), pular corda (contribui para a respiração e ensina coordenação), jogos de correr (aumentam a resistência), natação (proporciona diminuição do cansaço e exercita o corpo todo), pedalar (fortifica os ombros e os músculos das pernas), saltos em rede de acrobata (desenvolve a coordenação e flexibilidade). Dentre todos os esportes organizados, o futebol é o que oferece maior oportunidade para exercícios, desde que haja vinte e dois jogadores correndo constantemente, em oposição aos esportes que obrigam uma porção de pessoas a ficarem de pé ao redor ou sentadas no banco. Junto com seu filho, prepare uma tabela para cada dia de exercício *natural.*

PARA CRIANÇAS MENORES

752. DIVERTIMENTO NA BANHEIRA

Estabeleça uma regra: nunca deixar um pré-escolar sozinho enquanto se banhar — nem por um minuto. Providencie para que sua banheira tenha uma barra de segurança, mantenha o nível da água baixo e deixe-o tomar banho no lado oposto da torneira. Barcos de plástico e outros brinquedos são ótimos para distrair. Mostre-lhe como fazer ondas que movem os barcos lentamente na banheira, como bater com as mãos na água para virar os barcos e como assoprar para o lado oposto. Coloque um pouco de espuma de banho e deixe a criança fazer uma caverna nas bolhas e pôr os barcos para velejarem dentro. Ela pode também fazer um chapéu ou um blusão de espuma. Tire sua fotografia e coloque-a na parede ao lado da banheira. Um saco de rede pendurado nas torneiras pode conter os brinquedos da banheira de modo que escorram e fiquem secos.

753. UNHAS TRAVESSAS

Inicie com os pré-escolares e mantenha o hábito até a adolescência: cuide das unhas a cada dia. Uma escova de unhas e esta música pequena cantada com a melodia de uma canção famosa qualquer podem servir de truque para os menores:

Dez unhas travessas, dez unhas travessas.
Veja como escovo, veja como escovo.
Com um esfregão da escova, tão limpas vão ficar.
E quando eu terminar, minha mãe não vai reclamar.
Eu esfrego cada dedo mindinho com cuidado, não com pressa.
Dez unhas limpas, dez unhas limpas.

PARTE 3: BOA E NUTRITIVA

Comece desde cedo a mostrar a seus filhos que um alimento nutritivo pode ser gostoso. A maioria das boas livrarias possuem diversos livros sobre este assunto.

754. OBA! NOVIDADE!

Quando for apresentar um novo alimento ou prato durante a refeição, coloque um aviso de "OBA" na portaria da geladeira, naquela manhã. Não conte qual será a refeição — deixe que todos tentem adivinhar. A antecipação torna isto mais divertido. Quando a nova comida foi provada, faça uma votação e veja a avaliação numa escala de um (nunca mais a sirva) até dez (repita sempre). Mas não desista se *você* achar que ela é realmente boa — tente outra vez com uma leve variação para agradar àqueles que votaram contra.

755. JANTAR AO CONTRÁRIO

Como uma surpresa, sirva primeiro a sobremesa e depois a refeição (com a compreensão de que as ervilhas não serão deixadas no prato). Faça outras variações para modificar o procedimento das refeições: deixe uma criança sentar-se na cabeceira da mesa, permita que o outro cônjuge ou um filho maior cozinhe e sirva, almoce usando uma venda nos olhos ou com uma das mãos atrás de suas costas, coma à luz de velas ou numa hora especial mais cedo ou mais tarde ou jante uma refeição inteira com os dedos (incluindo as ervilhas). As crianças alimentam-se melhor quando a hora da refeição é agradável.

756. ALIMENTAÇÃO FORÇADA?

Fazer as crianças comerem quando não estão com fome e forçá-las a ingerir alimentos de que não gostam não *é* sensato. Procure manter três refeições ao dia, numa rotina de "experimente um pouco disto". Com uma criança manhosa, inicie uma lista de alimentos que ela *come.* Marque pontos para as refeições novas e faça muitos elogios quando ela acrescentar algo em sua lista. Você verá que seu filho irá aceitar gradativamente algumas comidas novas se você servir uma variedade de pratos e o fizer experimentar uma colher de sopa de cada um. Tenha cuidado para que a hora do lanche não ocorra perto da hora da refeição regular, a fim de que o apetite não diminua.

757. SOBREMESA COMO PRÊMIO?

Não negue alimento como uma punição ou faça negociações com freqüência como prêmio. O bom alimento é sua própria recompensa. Esqueça as palavras "Se você se comportar bem poderá comer um doce." Mas não faça com que os doces sejam algo tão proibido que as crianças não possam viver sem eles. Uma sobremesa gostosa faz parte de uma refeição equilibrada. Se usá-la como um prêmio, você estará dizendo que ela é a parte mais importante da refeição. Mantenha a hora das refeições como uma experiência agradável e sem emoções. Não forneça uma segunda sobremesa antes de deitar. Se quiser, sirva a sobremesa mais tarde, em torno de uma hora após o jantar, criando um tempo adicional para ficarem juntos. Peça para as crianças escreverem uma lista das sobremesas favoritas. Depois, deixe uma ajudar no preparo enquanto as outras pessoas da família estão arrumando a cozinha após o jantar.

758. O PREPARADOR DE CARDÁPIO

Fale sobre alimentos sem valor, em oposição a uma dieta equilibrada. Deixe que uma criança elabore cardápios saudáveis por uma semana. Outros membros da família podem acrescentar

sugestões. Deixe-a fazer a lista de compras dos alimentos, incluindo lanches nutritivos. Converse sobre as refeições preferidas e permita que um outro membro da família prepare o menu para a semana seguinte. Como alternativa, procure idéias novas em livros de receitas para acompanhar as velhas preferidas.

759. ESTIQUE A LÍNGUA

Realize esta experiência com a família, talvez com a ajuda de uma criança. Você precisará de quatro xícaras: 1) 1 xícara de água misturada com 1 colher (de chá) de sal; 2) 1 xícara de água misturada com 1 colher (de chá) de açúcar; 3) 1 xícara de água misturada com 1 colher (de chá) de bicarbonato de sódio; 4) 1/2 xícara de água misturada com 1/2 xícara de suco de limão. Coloque uma etiqueta de papel dobrada embaixo de cada xícara para mantê-las discriminadas, pois todas parecerão iguais. Usando colheres, deixe que cada pessoa experimente o líquido na xícara n.° 1 e tente identificá-lo. Continue com colheres limpas nas outras xícaras. Veja quem pode reconhecer os quatro sabores básicos: salgado, doce, amargo e azedo. Você pode utilizar uma lente de aumento (lupa) na experiência, assim cada pessoa poderá observar sua língua e ver as papilas gustativas (as saliências) que nos ajudam a reconhecer os sabores. Fale sobre a importância de mastigar com cuidado e saborear realmente o alimento, em vez de apenas engoli-lo.

760. A CLASSIFICAÇÃO EM QUATRO GRUPOS

Existem quatro grupos básicos de alimentos: 1) carne, frango, peixe e ovos; 2) leite e produtos de laticínio; 3) verduras e frutas; 4) pães e cereais. Faça uma tabela para cada criança com dois espaços para a categoria de carne e quatro espaços seguindo cada uma das outras. A cada dia, deixe a criança escrever nos espaços os alimentos daquele grupo que ela comeu. Veja quais são os mais difíceis para ela preencher. Ajude-a a pesquisar novos alimentos e encontrar alguns que ela goste especialmente em cada categoria.

761. ÁGUA, ÁGUA POR TODA PARTE

Inicie o hábito de tomar água quando a criança ainda é pequena. Como o corpo tem 90 por cento de água, é importante ingerir cerca de oito copos por dia para repor o que se perde. Estes oito copos são em adição a outros líquidos, tais como sucos ou leite. Converse sobre este assunto com toda a família. Mostre como eles podem facilmente tomar cinco copos: um primeiro copo cheio ao acordar de manhã, outro após escovar os dentes de manhã, depois do almoço em casa ou na escola para enxaguar a boca, quando chegar em casa naquele dia, e depois de escovar

os dentes após o jantar. Então, deixe a família imaginar onde poderá encaixar os outros três copos. Uma resposta é beber um copo d'água antes da hora do lanche. Outro poderia ser um acréscimo ao copo de leite no jantar. Providencie para que todos da família tenham um copo no banheiro (ou aqueles copos descartáveis de papel) e que os copos na cozinha estejam ao alcance de todos. Se sua água não é boa, considere a compra de água engarrafada e alugue um refrigerador com uma torneira de água gelada.

762. A REFEIÇÃO MAIS IMPORTANTE

Isto é o que os professores dizem sobre o café da manhã — uma refeição que faz diferença na criança sobre a atitude e o aprendizado na escola. Assim, o rápido café da manhã de cereais cobertos de açúcar está fora! Usando os quatro grupos descritos anteriormente, fale com as crianças sobre os alimentos que elas podem ter no desjejum. Esta refeição pode incluir carne, ovos, queijo duro ou requeijão e iogurte. As frutas são fáceis de ingerir; você pode servir vegetais colocando tomates, aipo e pimentão num omelete. E deixe os grãos serem mais do que cereais: pão ou torrada de trigo integral, broas de milho e uma animada refeição de aveia. Inclua as crianças neste preparo do café da manhã e verá que comerão com vontade. Além disso, é a quebra de um longo jejum.

763. CAFÉ DA MANHÃ SURPRESA

O café da manhã não precisa ser sempre o mesmo a cada dia. Deixe as crianças colaborarem para programar esta alimentação nutritiva do início do dia: 1) margarina em torrada (ou manteiga) com um *milk shake* de frutas (banana, pêra, abacaxi); 2) bolinhos de aveia e passas com ovos mexidos e queijo; 3) *sundae* feito com cereal salpicado sobre iogurte ou sorvete; 4) sanduíche de queijo grelhado com gemada.

764. CAFÉ DA MANHÃ COM WAFFLES RÁPIDOS

Quando o espaço de tempo da manhã permitir, considere o preparo de *waffles.* Separe um tempo de folga de quarenta e cinco minutos durante a semana e faça um suprimento de *waffles* para um mês. Divida-os para cada desjejum e depois coloque-os embrulhados no congelador. Em seguida, faça uma lista de coberturas: frutas, xarope, iogurte, nozes, *bacon.* Estas são fáceis de reunir e o *bacon* pode ser cozido, esfarelado e congelado antecipadamente. Na noite anterior a uma manhã atarefada, coloque os *waffles* para degelar. Aqueça-os na torradeira ou no forno e deixe as crianças escolherem as coberturas para uma refeição rápida e nutritiva.

765. POTE DE BARRO PARA O CAFÉ DA MANHÃ

O aroma da farinha de aveia cozida durante a noite, no pote de barro, espantará o sono dos sonolentos. Deixe seu filho preparar as gamelas, fazendo-as umas diferentes das outras. Uma pode conter mel ou tiras de melaço. Outra pode ter frutas enlatadas ou frescas cortadas em pedaços pequenos ou amassadas no liquidificador em forma de purê. Tente também aveia com iogurte, uva passa ou nozes. Quando cada um chegar para o desjejum, escolhe uma tigela. Então, jogue o leite ou creme e aproveite.

766. A NOVA CAÇAMBA PARA O ALMOÇO

Muitas crianças comem almoços embrulhados; é hora de dar uma nova aparência a eles. Quando começam as aulas, quase sempre as crianças ganham roupas novas, lápis de cera e cadernos. Este ano, inclua uma lancheira nova, do tipo térmico que mantém a refeição fresca. Com cuidado, coloque no interior da caixa uma etiqueta com o nome, endereço e número de telefone da criança. Explique onde a lancheira pode ser colocada quando for despachada; deste modo com certeza chegará à escola. Depois, fale sobre esta regra de família: volte para casa com ambas as mãos cheias; isto significa a lancheira em uma mão e os livros na outra.

767. O NOVO CONTEÚDO DE ALMOÇO

É tempo de promover uma mudança nos lanches de almoço com pão branco amolecido, biscoitos e batatas fritas. Um pão de trigo integral fornece fibras não digeríveis e produz sanduíches saborosos com carne desfiada, atum ou salada recheada com ovos. Pasta de amendoim e gelatina são bons de vez em quando. Inclua requeijão e um pacote de ervas (as crianças gostam de pimentão verde, orégano ou molhos para salada). No lugar do sanduíche, tente biscoitos sortidos e fatias de queijo ou um tomate recheado com camarão ou atum. Um ovo cozido mergulhado num tempero é ótimo. Acrescente uma fruta: maçãs, uvas, peras ou bananas são boas para levar. Uma porção de melão recheada com requeijão é refrescante. Ou então, iogurte integral com pedaços de frutas para misturar na hora do lanche. Leve em conta fazer este creme diferente: misture no liquidificador 200 gramas de tofu (queijo de soja com alto teor de proteína), 1 xícara de água com gás e 1 xícara de frutas congeladas (framboesas, amoras, morangos e outras); depois, coloque-o numa garrafa térmica. Ou então, deixe que as crianças façam diversas almôndegas. Cozinhe e congele-as, depois coloque meia dúzia no saco de lanche com palitos para espetar com facilidade. Adicione uma fruta e uma barra de doce, e você terá uma grande refeição.

768. LANCHE ALEGRE
Lanchar não significa comer doces e alimentos sem valor. Pode ser uma oportunidade para boa nutrição. Deixe seus filhos prepararem estes com sua ajuda: 1) Fatias de queijo ou carne parecem mais gostosas quando cortadas em formatos interessantes com um cortador de cozinha. Empilhe as fatias em farinha de rosca. 2) Faça pequenos picolés congelando suco numa gaveta de gelo. Coloque um palito chato em cada um quando estiverem quase congelados. Guarde-os num saco plástico no congelado, 3) Mesmo as crianças menores podem ajudar a cortar couve-flor, pepinos e outras verduras para fazer alimentos para mergulhar em iogurte ou coalhada misturada com sopa de cebola ou ervas e condimentos. 4) Um lanche saboroso para depois das aulas é uma pequena batata assada com queijo ralado por cima.

769. BEBIDAS SEM VALOR
A maioria das bebidas suaves compõem-se de água, sabores artificiais e açúcar ou um substituto químico. Algumas bebidas têm cafeína, o que pode viciar. Outras possuem aditivos para torná-las cremosas ou densas. Leia os rótulos em todas as bebidas em sua casa. Incentive a tomar suco natural. Um suco favorito é feito com uma banana, 1 xícara de leite, 1 colher (de chá) de baunilha e seis pedras de gelo. Isto produz uma bebida suave, densa, deliciosa e nutritiva. Não a misture por muito tempo. Sirva-a imediatamente.

770. ESTIMULAR A ENERGIA
É interessante notar que a maioria dos acidentes domésticos acontecem em torno de três ou quatro horas da tarde, um período em que a energia e a atenção estão num ponto baixo e os humores talvez precisem de um pouco de incentivo. Com certeza uma barra de doce é bom de vez em quando, mas existem alternativas. A fruta tem seu próprio açúcar natural. Maçãs, fatias de abacaxi, uva passa (tente as brancas para variar), peras, pêssegos e uvas podem ser comidas quase em toda parte — dentro ou fora de casa. Tenha estas para depois das aulas, na hora de "Lanche e Conversa", quando as crianças contam os acontecimentos do dia. Quando fizer compras, deixe seus filhos escolherem as sete frutas que gostariam de comer a cada dia da semana.

771. INIMIGOS DOS VEGETAIS
Os jovens quase sempre rejeitam as verduras porque é moda entre eles ou porque os vegetais não estão condimentados de modo adequado. Monte uma lista das verduras e deixe uma criança pequena fazer um desenho de cada uma perto da palavra. Depois, prepare uma variedade delas nas refeições, fazendo a criança colocar uma cara feliz na lista para mostrar

que ela a comeu. Duas caras felizes indicam que ela *realmente* gostou dela. Para fazer a criança ingerir mais do que milho cozido, pense em fornecer estes pratos: aipo recheado com beterraba cozida e liquidificada, rodelas de abobrinha (chamadas discos voadores pelo jardim de infância), tiras de cenoura mergulhadas em queijo macio, cenouras cozidas liquidificadas com queijo cremoso e recheadas no aipo, molho de queijo sobre espinafre cozido e picado, cebolas fritas, abóbora assada salpicada com canela e noz-moscada, vagem misturada com tiras de peru defumado, repolho feito como uma "roda de pessoas" com palitos para segurar seus corpos juntos, ervilhas congeladas ou milho (comidos com os dedos — eles não são mais gelados do que o sorvete e têm sabor muito bom desta maneira).

772. O QUE HÁ PARA O JANTAR?
Os jantares menos nutritivos resultam da falta de planejamento com antecedência. Veja se seus filhos podem responder a estas cinco perguntas sobre alimentos corretamente: 1) Quanta proteína uma pessoa deve ingerir por dia? Um aluno típico do 1.° grau precisa de cerca de 400 gramas. Um ovo tem 28 gramas. Você pode pedir às crianças para pesarem outras porções de proteínas numa escala de alimento ou olharem para o seu valor na embalagem. 2) As batatas constituem um bom ou mau alimento? Bom! As batatas têm alto teor de vitamina C e não possuem muitas calorias, a menos que você exagere na cobertura. Use manteiga e creme com moderação. Tente requeijão ou queijo gratinado como cobertura, ou misture iogurte e cebolinha. 3) O peixe é melhor do que ave ou carne bovina? Não necessariamente. Todos podem fazer parte de uma dieta balanceada. O peixe tem mais baixo teor em calorias do que o frango ou a carne. Lembre-se deste ditado: quanto mais branca a carne, mais leve em calorias. 4) A salada é necessária no jantar? Sim, mas não precisa ser apenas um maço de alface e temperos. Adicione pimentões, cenoura, tiras de beterraba, aipo, azeitonas, uva passa, nozes, milho em conserva, ervilhas e tente vinagre e azeite para temperar. 5) O bolo e a torta são bons para terminar a refeição? Sim, uma sobremesa a cada dia é ótimo, mas alterne estes alimentos assados com sobremesa de gelatina feita em casa, mandioca e outros pudins, frutas e sobremesas de frutas. Todos deram cinco respostas corretas?

773. SOBREVIVÊNCIA DA COMIDA RÁPIDA
É divertido ir a uma lanchonete para comer hambúrgueres, isca de peixe, batatas fritas e *milk shake* — de vez em quando. Mas se você achar que sua família freqüenta sempre uma lanchonete, mude as regras deste modo. Um hambúrguer é bom, mas deve-se comê-lo com salada contendo pelo menos sete itens

diferentes (tomates, beterraba, etc.). Quando comer carne de galinha, peça o peito sem a pele e depois coma um biscoito com mel mais um pedaço de fruta em casa. Peixe e salada formam uma combinação melhor do que peixe com batatas fritas. Quando for a uma lanchonete para comer no carro, leve consigo sua própria bebida (leite e sucos); são muito mais baratos, quase sempre mais nutritivos e você os terá em maior quantidade.

519. REFEIÇÕES LEYES APÓS O JANTAR

Durante jogos, lição de casa, ocupações ou hora de assistir TV em casa, uma merenda às vezes agrada. Não precisa ser batata frita, biscoitos ou doces. Uma das melhores é pipoca, mas coloque pouco sal e manteiga. As crianças adoram prepará-las! Mantenha copos encerados à disposição (como aqueles dos cinemas) e deixe as crianças encherem um para cada pessoa da família. Nozes constituem outra boa escolha, mas estes alimentos de difícil digestão devem ser bem mastigados. Compre as nozes com a casca e deixe cada um quebrar e comer enquanto realiza outras atividades. Para uma mudança agradável, coloque um prato de frutas secas: abricós, uva passa, abacaxi, pêssegos, tâmaras. Faça com que o lanche se torne uma hora em que a criança pegue pedidos dos membros da família, sirva-os e limpe a cozinha depois.

520. LANCHE DA HORA DE DORMIR

Há um longo período entre a hora de dormir e o café da manhã; então, permita uma refeição leve na hora de dormir se a criança não tiver feito um lanche antes. As crianças menores dormem melhor se tiverem um estômago satisfeito na hora de dormir. Evite alimentos com poucas calorias, como batatas fritas e barras de doce. Queijo e bolachas ou queijo e uma maçã com um pequeno copo de leite formam boas escolhas. Lembre-as para escovarem os dentes após o lanche. Esta refeição leve na hora de dormir tem outra finalidade: é o momento de companhia entre o pai e o filho, uma ocasião para conversar e compartilhar amor.

521. A CRIANÇA GORDUCHA

Fale com seus filhos sobre o tamanho do corpo. Não elogie demais a magreza, mas deixe claro que o agradável gorducho não é tão bom como parece. As crianças que se empanturram estão sempre enviando mensagens. Pesquisas demonstram que os pais de crianças gordas conversavam menos com elas, lhes davam menos aprovações e se interessavam menos pelo seu comportamento. E, na mesma pesquisa, as crianças esbeltas disseram que a hora da refeição era mais do que hora de comer, representava um período de orientação. As crianças magras

comiam menos alimento num ritmo mais lento e conversavam mais com o grupo. Gastar tempo com uma criança pode ajudá-la a emagrecer: um tempo falando, mostrando interesse nas atividades, planejando esportes vigorosos e jogos e levando-os adiante. Incentive uma criança gorda a preparar um lanche e sentar-se para comê-lo, em vez de ficar em pé no balcão da cozinha com um recipiente de suco e um pacote de bolachas, ou ficar andando pelos lugares com um pacote de batatas fritas. O apoio dos pais e a aprovação pela melhora dos hábitos alimentares é o único item mais importante para o sucesso do programa de emagrecimento com crianças. Não precisa ser uma dieta, pode ser apenas um estilo novo e melhor de comer. Não espere, comece-o agora.

PARTE 4: BOA E FELIZ

Muitos fatores contribuem para uma atitude mental feliz. Alguns são tão simples como saber o que os pais esperam, outros consistem de atitudes ensinadas aos poucos através dos anos. Sua mais importante dádiva à seu filho é o auto-respeito (idéias sobre este assunto começam com o número 789). Às vezes uma criança se sente frustrada e aborrecida (maneiras de auxiliar começam com o número 797). E nestes tempos de mudança você deseja que as crianças estejam confiantes e informadas sobre sexo (leia a idéia 807 e adiante). Uma atitude aberta por parte dos pais trará para ambos muitos anos de uma infância e paternidade felizes.

777. PARÂMETROS

Pesquisas demonstram que as crianças ficam mais felizes quando entendem até que ponto podem ir — o que é aceitável ou não para a família. Quando seu pré-escolar pode falar, inicie um caderno de notas com folhas soltas de regras simples (como não atravessai a rua), colocando uma regra em cada página e deixando-o ilustrar a regra com um desenho ou uma ilustração tirada de uma revista. Acrescente ao livro de regras da família à medida que ele crescer, tirando as regras não necessárias por muito mais tempo para uma seção no fim do livro. Deixe as crianças maiores ditarem as regras e estabelecerem o que acontece quando forem quebradas. Mantenha o caderno atualizado, até o dia em que a criança deixar o lar para viver por si mesma. Você verá que as regras escritas funcionam muito mais do que as verbais.

778. AS FAMÍLIAS BOAS TAMBÉM BRIGAM

Mas elas também sabem como se reconciliarem depois de uma discussão. Fale sobre maneiras de mostrar que a luta acabou. Indique palavras de reconciliação que todos da família podem e devem usar depois que os dois lados tenham falado, tais como: "Vamos conversar a respeito na semana que vem". "Que tal

fazer pipoca?" "Isto já é suficiente para este assunto; vamos falar de..." "Eu vejo que você sente isso intensamente, mas a paz da família significa mais para mim; então, eu paro com isso". E proponha que se cumprimentem apertando as mãos esquerdas para mostrarem que a discussão terminou.

779. SEM PARCERIA

É natural que os membros da família procurem determinadas pessoas de outra família, na base de um a um. Porém, parcerias e gangues são prejudiciais para uma pessoa. Quando você vê isto acontecer, seja rápido para falar a respeito com os envolvidos. Depois, organize jogos ou planos de trabalho que mudem os pares de crianças e pais a fim de incentivar um relacionamento diferente do um a um.

780. PRIORIDADES

Com a colaboração da família, monte uma lista de eventos importantes e tarefas para o mês. Inclua atividades como a prática de futebol, uma visita à vovó e limpar a garagem. Numere estes itens começando com o n.° 2. No alto da lista escreva como n.° 1: "Tempo de Companheirismo Familiar" e faça uma relação de algumas possíveis atividades. Consulte sempre a lista e certifique-se de que a prioridade n.° 1 está sendo executada junto com as outras. Elabore uma nova lista de prioridades a cada mês, mas mantenha a mesma no n.° 1.

781. A ETIQUETA MODERNA

Os tempos mudam, mas esta dúzia de boas maneiras continua: (1) dizer, "por favor", e "obrigado"; (2) notas de agradecimento por presentes recebidos e agradecer aos outros pelo acolhimento; (3) apresentação adequada de amigos aos adultos; (4) não interromper ou contradizer no meio de uma conversa; (5) solicitude; (6) não bisbilhotar na casa dos outros ou apanhar objetos valiosos; (7) permanecer no ambiente quando um adulto ou uma visita chega; (8) não começar a comer até que os outros estejam prontos e saber qual talher usar; (9) falar durante a refeição, mas não com a boca cheia; (10) manter os cotovelos fora da mesa; (11) colocar os talheres na posição de quatro horas sobre o prato quando terminar de comer e permanecer à mesa até que a refeição tenha acabado e a pessoa seja dispensada; (12) passar a comida ao redor da mesa, tirando uma porção razoável, e passar o sal, a pimenta e os temperos juntos. E como complemento, ensine as crianças a ajudarem a sentar os adultos e abrirem as portas!

782. SER UMA CRIANÇA

Certas coisas só podem ser apreciadas quando se é criança;

assim, não apresse seus filhos para atividades adultas. Não deixe parecer que ser crescido é melhor do que ser criança. Não empurre o garoto a aprender a ler quando muito pequeno; não planeje sua carreira educacional inteira antes que ele entre no jardim-de-infância; não dê impulsos às crianças para disputas de beleza e *jeans* de marcas famosas. Existe tanta magia em carrinhos de brinquedo como conseguir a carteira de motorista, tanta diversão em enfeites de faz-de-conta como em orelhas furadas. Lute contra o argumento "Mas todos fazem isso!"

783. A IMPORTÂNCIA DO HUMOR

O bom humor (mas não zombaria) faz parte da vida familiar. Incentive seus filhos a narrarem histórias engraçadas. Condene gemidos que desencorajam o humor e também condene o humor doentio e piadas racistas. Conte uma história engraçada, verdadeira ou imaginária. Veja quem consegue recontá-la melhor. Compartilhe caricaturas ou histórias em quadrinhos humorísticas. Vá assistir um filme ou uma peça de teatro de comédia e fale sobre o que foi divertido. Em reuniões grandes de família, como a Páscoa, o dia da Independência ou um aniversário que todo ano se comemore (como o de um avô, por exemplo), inicie a tradição da troca de piadas. Selecione duas ou três pessoas para serem os "registros de risadas" e faça-as escolherem as histórias que receberam mais risos. Estas ganham um prêmio. Assegure-se de que você como pai ou mãe aprecia o bom humor. Alguns adultos são apenas crianças grandes que perderam seu gosto pelo humor — e esta constitui a causa da "rigorosidade das atitudes".

784. UM TEMPO PARA DOIS

Quando a família engloba várias crianças, a vida diária talvez não ofereça tempo a dois entre pai e filho. É importante encontrar uma parte do dia para estas horas de união, e certamente na hora de dormir. Você também pode estabelecer atividades conjuntas — algo que você e apenas uma criança aproveitem. Estas podem ser projetos e habilidades no lar ou diversão fora de casa como pescar, boliche, visitas a galerias de arte, fazer *cooper,* ou ir aos *shoppings* — o que puder interessar a ambos, o pai e o filho.

785. TEMPO PARA TODOS

Quando a criança entra na adolescência, os deveres escolares e as atividades exteriores aumentam até o ponto em que talvez não sobre tempo para a família se reunir. Para manter a família unida, você pode estabelecer no começo da semana que determinadas horas do fim de semana como a noite da família. Algumas famílias acham que duas horas nas noites de quinta-

feira ou de domingo representam uma boa opção. Para qualquer escolha, inicie este tempo para todos quando as crianças forem pequenas e mantenha-o através da adolescência. Deixe os membros da família sugerirem modos de passar este período precioso.

786. A CONVIVÊNCIA

Uma mãe experiente, agora avó, fez esta regra: Se você não consegue conviver com seu próprio irmão ou irmã, não poderá brincar com os garotos do quarteirão ou com amigos da escola. Ela explicou que uma criança conhece melhor os irmãos e irmãs; assim, a criança poderá estar mais apta a se adequar e se entender com eles. Ter sucesso no relacionamento com aqueles que amamos nos dá experiência para lidar de maneira apropriada com muitas outras pessoas. O amor começa em casa e irradia para fora do lar.

787. UMA PESSOA INTEGRA

Ame seu filho pelo que ele é. Fique satisfeito com uma criança, não uma especialista em algum campo adulto. Não deixe a escola rotular ou classificar seu filho muito cedo. Você *talvez* tenha um gênio em matemática em suas mãos, mas também deseja uma criança íntegra, não um perito desequilibrado que não sabe nada a respeito de autonomia, amor-próprio, amar os outros como a si mesmo ou como aproveitar uma simples diversão. Evite tentações de empurrar a criança para um trabalho avançado até que você sinta que ela está se desenvolvendo em um indivíduo bem modelado. Dê valor ao bom trabalho, aos bons hábitos, bom caráter e boas causas.

788. DIVIDIR E NÃO DIVIDIR

Nem tudo precisa ser dividido entre irmãos pequenos. Tente esta regra: Se um brinquedo está na sala de visitas ou de estar, todas as crianças podem brincar com ele. Se uma criança não quiser dividir um brinquedo, ele deve ser levado ao seu quarto e colocado de lado ou usado no local. Quando as crianças iniciam o primário, podem ter brinquedos não partilháveis nos locais da casa desde que elas deixem claro que ninguém pode usá-los.

789. “MINHA LISTA GRANDE E BOA"

Para incentivar a auto-estima, ajude a criança a criar uma lista de um ou mais feitos bons realizados no passado. Coloque a lista onde ela possa ver (seu criado-mudo ou estante de livros são bons lugares). Faça um esforço para encontrar outras boas ações para acrescentar à lista, não importa o quão pequenas. Incentive-a a também a adicionar na lista. Olhe-a todas as noites na hora de dormir e cumprimente seu filho por sua lista

crescente de coisas grandes e boas. Isto deve ficar entre a mãe e a criança, e não para ser compartilhado com outras crianças.

790. UMA COLEÇÃO DE INTERESSE ESPECIAL

Fale sobre itens colecionáveis. Deixe a criança iniciar colecionando objetos desde o período pré-escolar. Vá a exposições de *hobbies* e coleções e veja o que interessa seu filho. Os itens colecionáveis populares que ele pode escolher são: selos, miniaturas, conchas, carros, ingressos de futebol, moedas, sinos, copos para ovos, bichinhos de pelúcia, bonecas, caixas de música, aviões para modelar e pedras. Quando a criança tem uma coleção, também fica mais fácil ter idéias para presentes. Ajude-a a expor sua coleção e compartilhar com os outros. O tipo especial de sua coleção também a fará sentir-se especial.

791. RUA DE DUAS MÃOS

Construir amor-próprio, demonstrar apreciação, fazer elogios — pensamos que são esses os planos dos pais para os filhos. Mas os garotos entendem melhor o amor-próprio quando percebem que é essencial para cada pessoa da família. Para ressaltar que isto representa uma rua de duas mãos, tente este projeto. Desenhe um rosto num papel e coloque uma coroa na cabeça. Escreva na parte inferior do quadro o nome de uma das crianças, por exemplo, Alexandra. Prenda esta gravura no quadro de avisos e deixe algumas estrelas disponíveis. A qualquer hora que alguém da família faz ou diz algo em favor de Alexandra, esta pessoa consegue uma estrela para colar na coroa dela. Em outra semana, coloque o desenho de um dos pais e siga a mesma idéia, mostrando que os pais também precisam de louvores. Continue até que todos da família tenham tido sua vez.

792. TRABALHO CRESCIDO

O filho sente-se necessário e responsável quando você o deixa encarregado de alguns deveres. Permita que ele pague a conta do restaurante, dê-lhe o troco certo e calcule a gorjeta de acordo. Ou então, deixe-o pôr a correspondência na caixa de correio, endereçar os envelopes ou discar chamadas telefônicas. Outras crianças podem se encarregar das compras, levar recados ou pagar um pequeno presente extra para alguém. Aos poucos, vá soltando-os de sua supervisão, deixando-os assumir atividades que estão aptos a fazer e sentirem satisfação em realizá-las.

793. VIGIE SUA LINGUAGEM

Ao lado de evitar falar blasfêmias, os pais têm uma oportunidade especial para construir respeito apenas com as

palavras certas. Não importa o quão nervoso você está, tente não dizer a uma criança "Você nunca faz nada certo!" ou outra frase que diminua seu amor-próprio. Experimente dizer isto: "Estou contente que você é meu filho." "Eu te amo acima de tudo." "Nós olharemos para trás sobre isto e vamos rir". "Assim foi melhor".

794. O CONVIDADO DE HONRA

Uma vez por mês ou quando for um momento oportuno, faça um jantar em homenagem a um membro da família. Ele senta-se à cabeceira da mesa, é servido primeiro, não precisa ajudar a tirar a mesa, e assim por diante. Inicie a refeição com um dos pais propondo um brinde de água ou leite ao homenageado. Como nos jantares de homenagem, os outros à mesa só falam palavras agradáveis sobre o honorável convidado, como: "Carlos, estamos tão orgulhosos que você tenha um trabalho de meio período depois das aulas." ou fale sobre uma nota boa, um troféu de linguagem, um novo corte de cabelo ou uma história tirada de seu passado. Os irmãos se esforçam para ter bom desempenho, pois sabem que serão homenageados numa outra ocasião. Embora esta provavelmente será uma refeição alegre, fará com que o homenageado se sinta bem. Termine o jantar com aplausos!

795. MUDE O "NÃO PODE" PELO "PODE"

Quando uma criança tenta fazer algo e você deve dizer que ela *não pode* fazer isto, fale com firmeza o que ela *pode* realizar. Deste modo você não a deixará sentir-se indefesa ou inútil. Por exemplo: "Você não pode pular do teto, mas pode saltar de um galho baixo da árvore". "Você não pode dormir no parque esta noite, mas pode dormir no jardim". "Você não pode ir ao cinema esta noite, mas pode ir amanhã ou sábado".

796. CANTE DE ALEGRIA!

Cantar espanta a ansiedade e pode ser também uma maneira de reafirmação para relacionar-se com outra pessoa. Por exemplo: a mãe fazendo a refeição na cozinha pode cantar uma frase: "Estou trabalhando um bocado para fazer a comida". A criança numa sala ao lado canta de volta uma frase que rime "Eu gosto de cenouras, arroz e carne cozida." A música pode continuar assim: "Quando todos trabalhamos juntos, nos divertimos bastante; quando todos trabalhamos juntos, temos o serviço feito." A melodia não é importante! Algumas famílias cantam um hino antes do jantar. Os pais quase sempre cantam para as crianças dormirem. Faça com que haja música ao redor da mesa, do piano, e no carro.

797. **UM CHUVEIRO OU BANHEIRA**
Para ajudar uma criança zangada, lembre-se de que a água quente e a quietude do banheiro acalmam e relaxam. De acordo com a idade da criança, fique com ela ou a vigie. Diga-lhe o quanto a ama e que gostaria de ajudá-la a respeito do que a deixou aborrecida. Quando a raiva passar, fale sobre o problema.

798. **ESTOURO DE SACOS CONTRA O MAU HUMOR**
Diga a seu filho que vocês dois irão fazer bastante barulho antes de falarem sobre a causa da irritação. Pegue alguns sacos de papel (os sacos de lanche são melhores) e sopre dentro deles, enchendo-os. Usando uma das mãos para manter a abertura bem fechada, veja quem pode dar o maior estouro com uma pancada com a outra mão.

799. **ALIVIANDO A AGRESSIVIDADE**
Quando a criança sente que gosta de dar murros em *alguém,* substitua por alguma *coisa.* Deixe-a bater na cama com um travesseiro, socar um almofadão com bolinhas de isopor, atirar bolas na porta da garagem. Depois, sentem-se e conversem, começando com o fato de que a ira não machucou ninguém. Em seguida, falem a respeito do que provocou a raiva.

800. **CORRER E ANDAR**
Veja quantos segundos leva para correr em volta da casa (ou através de todos os quartos do apartamento). Corra outra vez, vendo se a criança pode bater seu próprio recorde. Depois, ande pelo mesmo percurso de mãos dadas e fale sobre o que a está perturbando.

801. **SEXO SEM MISTÉRIO**
Deixe a criança entender que as diferenças dos sexos não constituem um mistério. Comece com os pré-escolares, usando os termos próprios para as partes do corpo e suas funções. Sem palavras engraçadinhas e risadas. Se a sexualidade representa uma parte natural da vida familiar, porém de uma certa forma particular, você não precisará falar demais sobre "pássaros e abelhas". Em vez disso, você terá conversas naturais à medida que os assuntos aparecerem. Esteja sempre pronto para responder perguntas de maneira clara e simples. E não aumente a conversa com um enorme discurso preparado; apenas responda à pergunta feita.

802. **BONS LIVROS/BOAS IDÉIAS**
Pense na possibilidade de comprar livros que apresentam os fatos sobre sexo em termos infantis. Destes virão algumas

perguntas. Faça disto um hábito de responder cada dúvida em termos simples e curtos. Se a criança estiver satisfeita, então não é necessário elaborar. As questões sobre sexo são diferentes a cada idade. Você terá que falar a respeito muitas vezes. Aqui estão algumas boas sugestões:

• *De onde vêm os bebês,* Andrew C. Audry e Steven Schepp (Ed. José Olympio).
• *Dentro da gente* (Ed. Grow) — para crianças de 6 a 10 anos.
• *De onde viemos?,* Peter Mayle, Arthur Robins e Paul Walter (Ed. Nobel).
• *O que está acontecendo comigo?* Peter Mayle, Arthur Robins e Paul Walter (Ed. Nobel) — para pré-adolescentes.
• *Sexo para adolescentes,* Marta Suplicy (Ed. F.T.D.).
• *O princípio da vida,* Jonathan Miller e David Pelham (Ed. Record).
• *Falando com seu filho sobre sexo,* Mary Calderone (Summus Editorial).

803. OS ANIMAIS SÃO EDUCATIVOS
Se você possuir *hamsters* com filhotes, uma gata com gatinhos, ratas ou coelhas quase sempre prenhes, seu filho logo fará algumas perguntas sobre como os animais engravidam e como a ninhada nasce. Você verá que os animais de estimação revelam-se uma grande ajuda para tirar um pouco do mistério do sexo e do nascimento. Dê respostas reais. Explique como é natural o processo de nascimento.

804. EDUCAÇÃO SEXUAL NA ESCOLA
Algumas escolas possuem um programa autorizado para os estudantes do 1° grau e do colegial. Os pais têm direito de verem um resumo destas aulas e os textos usados. Providencie para que você tenha abordado em casa os temas a serem esclarecidos na escola *antes* das discussões no colégio. Depois disso, fale mais para verificar quais pontos ficaram confusos ou divergentes das idéias de sua própria família.

805. A CEGONHA NÃO EXISTE
Quando a mãe estiver grávida, explique isto a uma criança pequena quando o volume de seu abdômen começar a ser notado (falar muito cedo às vezes faz a gravidez parecer muito longa para uma criança). Diga-lhe sempre o quanto a ama e como os pais podem amar dois filhos — ou doze. Deixe a criança sentir o bebê se mexer e ouvir seus sons. Diga claramente que este é um acontecimento natural e seguro e que a mãe precisará de algum cuidado especial, mas ela estará apta a fazer a maioria das atividades. Inclua a criança nos preparativos

para o novo bebê, ressaltando o quanto você aprecia sua ajuda e o quanto precisará dela no futuro. Lembre-se de dizer que uma vez ela já foi um nenê e que você está muito satisfeita por ela agora fazer muito mais do que o nenê fará.

806. O SEXO NA TV

Se bem que os pais podem tentar proteger as crianças de cenas de sexo na televisão, mostre a diferença entre sexo na TV e o amor do casamento. Fale sobre o falso e pretenso sexo na TV como entretenimento natural assim como as cenas de sexo no cinema. Converse sobre o amor, compromisso, lealdade, casamento e fidelidade. Veja, disto tudo, o que é mostrado numa determinada cena de amor na TV. Não esqueça de deixar a criança ver interesse e afeição entre os pais todos os dias. No entanto, ensine a criança desde cedo a respeitar a porta fechada de seu quarto.

807. O NASCIMENTO

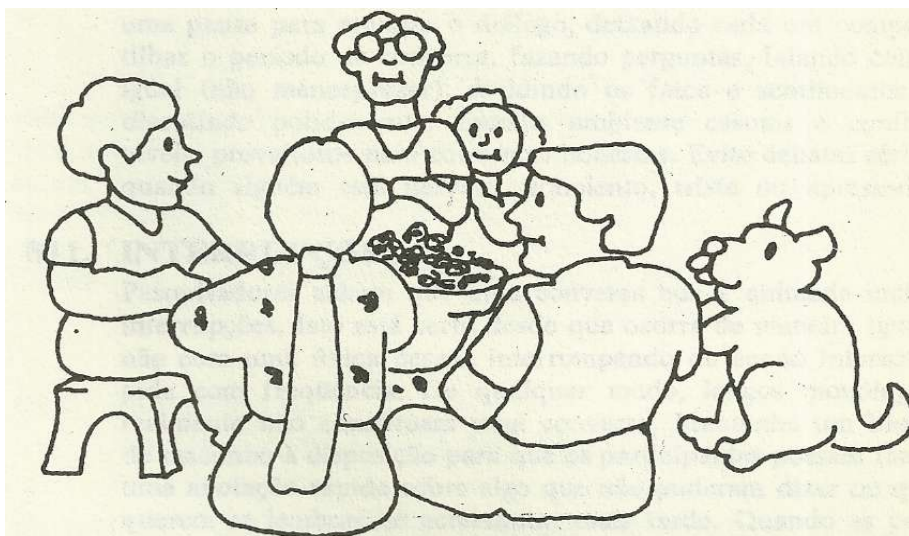
Embora tenha sido popular, anos atrás, haver parentes, amigos chegados e crianças pequenas assistindo o nascimento do novo bebê, muitos especialistas sentem agora que este é um momento de união entre a esposa e o marido (ou uma amiga íntima ou parente). Isto ajuda a haver menos confusão na hora do parto e livra a mãe de se preocupar com os outros filhos. Algumas crianças tiveram problemas emocionais por testemunharem o duro trabalho de partos difíceis e por serem afastadas do local antes de uma cesariana de emergência. Porém, deixe a criança ver o novo nenê o mais cedo possível. O pai poderá tirar a criança da escola para ir ver seu novo irmão ou irmã — isto é especial!

808. SEXO PRÉ-NUPCIAL

Os pais podem iniciar conversando sobre os problemas do sexo antes do casamento logo nos primeiros anos do ginásio. Não deixe sua própria experiência colorir o que você espera de seus filhos. Fale sobre os métodos preventivos de gravidez, AIDS, doenças venéreas, aborto e, acima de tudo, abstinência. Talvez você queira explicar desta forma: o sexo é como um presente maravilhoso que chegou antes do Natal. Ele será definitivamente aberto e apreciado. O sexo pode ser uma experiência linda, mas deve ocorrer no tempo certo e com a pessoa certa. Outra analogia: você desejaria que uma criança pilotasse um avião? Não, existem coisas que precisam ser aprendidas antes para que estas experiências possam ser apreciadas com sucesso. Não há nada de errado com o sexo, mas *existe* um tempo certo para ele. Mantenham as linhas de comunicação abertas sendo francos e respondendo com calma a todas as perguntas.

809. OUTRA AUTORIDADE

Alguns pais não têm respostas para as dúvidas sobre sexo ou ficam pouco a vontade com o assunto e algumas crianças não acreditam no que os pais dizem. Mas existe ainda uma maneira de educar. Uma autoridade externa às vezes pode transmitir a mensagem. Procure nas revistas especializadas artigos que cubram o assunto de um modo que você aprove. Apenas coloque um clipe de papel sobre o artigo e deixe-o no quarto da criança. Se ela quiser falar a respeito depois de ler a matéria, ouça atentamente e responda às perguntas. Às vezes uma conversa com uma autoridade pode ser acertada: um pastor ou padre, um supervisor, um médico ou um amigo com mais idade. De qualquer modo, providencie para que seu filho receba educação; não ignore o tema e não assuma que ele conhece tudo. Se você não souber as respostas, é hora de você também se instruir.

DEZ
A MESA-REDONDA

Os diálogos ao redor da mesa de jantar, em torno da churrasqueira, no carro ou durante uma caminhada fornecem aos jovens oportunidades para falar, ouvir, experimentar idéias, expressar opiniões e analisar diferentes pontos de vista. As pesquisas demonstram que crianças que participaram de conversas com os pais e foram questionadas são as que mais se desenvolvem intelectualmente.

Parte 1: Como falar de modo significativo

Parte 2: Simples conversa

Parte 3: Fim da linha

Parte 4: Discussões resolvendo problemas

PARTE 1: COMO FALAR DE MODO SIGNIFICATIVO

810. CONVERSA SOBRE CONVERSA

Comece com alguns temas de conversação. Do que os jovens não gostam na conversação — parece tolice? De serem interrompidos com freqüência? Iniciarem uma discussão? Hostilidade às idéias? Sentirem-se inferiorizados ao falarem? Generalizações? Considere os temas os quais se iniciam sendo um bom ouvinte (especialmente importante para os pais), aguardando uma pausa para retomar o diálogo, deixando cada um compartilhar o período de conversa, fazendo perguntas, falando como igual (não menosprezar), dividindo os fatos e sentimentos e discutindo polidamente. Escolha ambiente casuais e confortáveis, proveitosos para conversas honestas. Evite debates sérios quando alguém está nervoso, sonolento, triste ou apressado.

811. INTERRUPÇÕES

Pesquisadores acham que uma conversa boa e animada inclui interrupções. Isto está certo desde que ocorra de maneira igual, não com uma única pessoa interrompendo ou sendo interrompida com freqüência. De qualquer modo, longos monólogos realmente não constituem uma conversa. Mantenha um bloco de rascunho à disposição para que os participantes possam fazer uma anotação rápida sobre algo que não puderam dizer ou que querem se lembrar de acrescentar mais tarde. Quando as pessoas que falam acostumam-se a interrupções ocasionais e acham que muitas vezes ajudam o fluxo da conversa, elas não se importam.

812. CONCORDANDO PARA DISCORDAR

Encare isto: há situações em que a família não quer estar de acordo. Dê um exemplo mostrando sua aceitação de outro ponto de vista. Enfatize as áreas de concordância no assunto e converse sobre as diferenças, mas não converta em um assunto de alta prioridade para resolvê-las. Ajude os participantes a encontrarem o fator "porquê". Diga: "Bruno não quer uma cabeça de onça na parede da sala porque ele acha errado caçar animais," Ou então: "Samanta, você está com um sentimento negativo sobre as férias porque não quer deixar o Rex em um canil?" Mostre que respeitar e compreender um outro ponto de vista não significa exatamente que nós o aceitamos.

813. **UM MODERADOR**
Deixe os garotos se revezarem na função de moderador para as conversações familiares. O moderador tem estas obrigações: selecionar um assunto consultando os outros, providenciar para que cada um tenha uma oportunidade para falar, ajudar as pessoas discordantes sem ser parcial, manter o diálogo sobre o tema ou deixá-lo mudar para outro tópico com a aprovação de todos, fazer um resumo no final.

814. **LINHAS DE HARMONIA**
Às vezes, apenas umas poucas palavras fazem a conversa fluir mais suavemente e os participantes falarem de modo mais livre. Deixe todas as pessoas da família se lembrarem destas frases: "Você realmente sabe muito sobre este assunto." "Você colocou isso muito bem." "Posso ver que você sente isso intensamente." "Você está certo!" "Gosto do que você disse." "Eu concordo, mas..."

PARTE 2: SIMPLES CONVERSA

Antes de envolver-se em discussões de mesa-redonda, assegure-se de ter diariamente oportunidades para conversas prolongadas, porém despreocupadas dentro da família.

815. FALAR SOBRE HOJE
Pergunte qual foi a melhor coisa que aconteceu hoje (ou nesta semana). Qual a mais emocionante? A mais horrível? O que o deixou nervoso? O que o fez rir? Este tipo de bate-papo fornece aos pais uma oportunidade para verificar como as crianças reagem aos eventos cotidianos e para ajudá-las a manter as experiências em perspectivas. Se os garotos não relatam nada de interessante sobre o dia, eis uma ocasião para planejar algum acontecimento pequeno ou uma aventura para logo que for possível!
816. ESCOLHAS
Proponha algumas alternativas, como por exemplo: "Se você pudesse ser outra pessoa no mundo, quem escolheria? Se tivesse um milhão de cruzados novos, o que faria com isso? Se pudesse voltar no tempo, qual época escolheria? Se pudesse ser o pai da família, qual a primeira coisa que faria? Se pudesse gastar um dia fazendo o que quer que lhe agradasse, o que seria? Discuta também em detalhes um ou dois destes "Se você" e veja se consegue torná-los realidade.

817. CONVERSA DE TV
A televisão fornece muitos bons assuntos. Quais personagens você admira? Se você fosse um astro de TV, qual deles

escolheria? Quais propagandas são boas e porquê? Como você pode decidir se um comercial é confiável? Qual é o propósito da violência na TV? As mulheres que aparecem na televisão são como as mamães ou são diferentes? Que tipos de trabalho e negócio são mostrados na TV? Eles são mostrados honestamente? Juntos, vejam um programa de televisão e durante as propagandas e no final, conversem sobre o que foi bom ou ruim.

818. INVENÇÕES
Fale sobre coisas que ainda não haviam sido inventadas quando você era criança — talvez camas d'água, aviões de ponte aérea, computadores ou compactadores de lixo. Veja quais invenções os garotos acham muito úteis e quais as mais inúteis ou frívolas, Converse sobre itens que você acha que serão inventados quando seus próprios filhos tornarem-se pais. Considere uma invenção que você poderia usar em sua casa. Se existir, coloque-a na sua "lista de desejos".

819. ELOGIO DIÁRIO
Tenha uma conversa a cada dia com a criança sobre algo que ela executou bem. Às vezes isto é difícil, e o melhor que você pode dizer é "você se comportou melhor hoje do que ontem". Não assuma que a criança *sabe* que você a aprecia e a ama. Até que isto se torne natural para você, coloque as iniciais "ED" (para elogio diário) em seu calendário pessoal. Se você se esqueceu durante o dia todo de elogiar seu filho, terá uma última chance na hora de dormir.

PARTE 3: FIM DA LINHA

Tente os seguintes temas mais extensos para desenvolver diálogos profundos e mais longos com as crianças.

820. ESCOLHA UM ASSUNTO
Comece seus debates de mesa-redonda com algo importante que não diz respeito diretamente à família. Fale em profundidade sobre apenas um assunto. Faça com que todos sejam ouvidos. Não permita que os pais assumam o controle. Algumas vezes, anuncie o tema com antecipação; assim, todos poderão se preocupar. Ou então, selecione um tópico que ninguém conhece muito a respeito; desta maneira, cada um terá de "queimar as pestanas" um pouco. Converse sobre pena de morte, alimentos saudáveis, protestos de estudantes e OVNIs. Lembre-se da frase, "O que *você* pensa?"
821. REGRAS FAMILIARES
Comente sobre as regras que sua família possui. São

necessárias? Como elas colaboram? Quais regras os garotos farão quando se tornarem pais? Existem regras novas que a família precisa? Quais podem ser abandonadas? Alguma de suas regras relaciona-se com a cidade, o estado ou as leis federais? Quais leis afetam diretamente seus filhos? Quais são as leis mais difíceis para os adultos seguirem? Quais são as regras tradicionais? Para que seus filhos não possam dizer "Eu não sabia", escreva a maioria das regras de sua família. Pregue-as no quadro de avisos. Deixe-as atualizadas regularmente.

822. PRIORIDADES E VALORES

Ajude as crianças a fazerem escolhas sobre o que é importante em suas vidas. Discuta estas opções: Você preferiria dormir no sábado de manhã ou ganhar R$ 10,00? Você preferiria ter um emprego bom, mas rotineiro e receber um pagamento semanal ou fazer um trabalho mais excitante, porém ganhar por comissão? Você prefere dar uma festa fantástica a cada ano ou três reuniões pequenas? Você prefere ser voluntário como auxiliar de hospital ou ajudar a servir refeições gratuitas a desabrigados? Se você pudesse resolver um problema, trabalharia na pobreza, no racismo, nas drogas, na paz mundial, na energia ou nos distúrbios maiores de saúde? Nestas discussões, talvez você esteja falando sobre o bem e o mal, a riqueza e a pobreza, o certo e o errado, os sonhos irreais e as possibilidades.

823. CONVERSA ENTRE DUAS FAMÍLIAS

Convide outra família que você conhece bem para um lanche e bate-papo. Escolha um assunto orientado para duas gerações e veja se pode efetuar uma conversação de trinta a sessenta minutos. Os temas poderiam ser: como obter o máximo em viver nesta cidade, maneiras de economizar dinheiro, férias interessantes, aprender a confiar nos outros, tentações antigas e novas, ou a vida em faculdade e suas vantagens. Se correr bem, realize outro período de conversa com a mesma família, talvez na casa dela.

824. ECONOMIA PARA JOVENS

Fale sobre o dinheiro e sua utilização. Qual foi o item mais caro em nosso jantar? Nós gastamos mais em comida ou moradia? Qual custa mais, obter aparelho dentário ou uma bicicleta nova? Quem recebe mais: um professor, um ministro, um senador ou um motorista de caminhão? Compartilhe um orçamento doméstico simples, mostrando que porcentagem do salário vai para alimentação, aluguel ou pagamentos, roupas, lazer, fundos escolares, eletricidade e outras despesas. Considere algumas idéias para melhorar a economia da família. Decida fazer algumas mudanças e fale sobre elas de novo mais tarde para verificar se estão funcionando.

825. OS NAMORADOS
Bem antes que os garotos fiquem interessados em namoro, converse sobre encontros. Então, volte a comentar o assunto quando eles começarem em marcar compromissos, propondo atividades interessantes para se fazer em encontros. Que tipo de assunto você pode dizer a fim de conseguir conhecer a outra pessoa? Discuta porque algumas pessoas são populares e outras não parecem ser. O que cada membro da família deveria procurar em um amigo íntimo? Qual é a etiqueta usual para compromissos? Por que as pessoas namoram? Namorar é um convite ao sexo? Isto é uma idéia boa? Como você pode romper um relacionamento? Como você se sai num relacionamento? Deixe seus filhos sugerirem, e você pode acrescentar idéias sobre coisas que eles nunca deverão fazer num encontro. Fale sobre o lar da família e como pode ser usado para um encontro agradável com o namorado ou namorada ou com um grupo de amigos.

826. O RACISMO
Veja quem pode mencionar todas as raças humanas. De que raça nós somos? Quem conhecemos de outras raças e nacionalidades? Quais são as características dos grupos étnicos? Como os livros, os filmes e a TV mostram pessoas de outras raças? O que são diferenças culturais? Estas afetam as pessoas hoje em dia? Como podemos conviver com pessoas de outras raças? O que podemos fazer para conseguirmos conhecer famílias de outra raça? O que nossa igreja está fazendo a respeito? O que nossa cidade está fazendo? Como seria fazer parte de uma família multirracial? Como as divergências raciais podem ser resolvidas antes que alcancem um estágio violento? Veja se há pessoas de outras raças que você pode conhecer e ter como amigas.

827. OS HERÓIS
Baseie esta conversa num recorte de jornal sobre um herói local. Quais são os heróis na história? Quais foram os heróis na Bíblia? Quais foram os heróis na literatura? Quais são algumas profissões heróicas? Alguns heróis parecem anônimos? Alguém na família fez algo heróico. Os heróis são modelos de atuação? O que torna as pessoas bravas e fortes? Incentive os membros da família a pregarem no quadro de avisos fotografias de pessoas que realizaram atos heróicos. Você conhece alguém que fez algo heróico? Descubra como e porque a pessoa fez isto.

828. DILEMAS
Faça revezamentos ao apresentar dilemas. Incentive os jovens a

darem respostas honestas. Não critique qualquer resposta, apenas dê soluções alternativas e deixe a conversa prosseguir. Aqui estão alguns para começar: e se você encontrasse uma carteira com dinheiro e uma identidade dentro? E se você achasse uma nota de dez cruzados novos na calçada? E se o banco colocasse um dinheiro extra em sua conta corrente? E se você visse alguém roubando em uma loja? E se um telefone público devolvesse fichas extras a você? E se alguém pedisse para copiar as respostas de seu teste? E se pedissem a você para entregar um pacote misterioso à um outro garoto? E se você trabalhasse num escritório que tivesse materiais que você poderia usar em casa? E se você fosse pequeno para sua idade e pudesse entrar em locais pagando ingresso de criança? Você pararia no sinal vermelho em uma esquina deserta à meia-noite? E se você visse um guarda aceitando dinheiro de um motorista que ele manda parar no acostamento? E se você estivesse dirigindo na área de um estacionamento com um amigo que danificou um carro estacionado? O que você diria se o amigo lhe pedisse para ficar quieto sobre isso, mas o proprietário voltasse e perguntasse se você viu algo? Lembre-se, estas são discussões. e não testes!

829. OS VALENTÕES

Converse sobre valentões: aqueles que tentam oprimir os outros física ou mentalmente. O que é intimidação? Como alguém pode retrucar de modo eficiente? Quando uma pessoa deve lutar pelos seus direitos? Quando alguém deve separar a situação de si próprio? Nós oprimimos outros membros da família? Uma pessoa da família pode falar quando seu ponto de vista é mal recebido? Nós nos oprimimos uns aos outros jogando como favoritos, usando comentários cruéis, ordinários ou cínicos? Como podemos conquistar nosso caminho sem sermos tiranos? Os pacificadores são respeitados? Caracterize alguns cenários simulados e deixe os garotos e pais os representarem; assim, poderão praticar suas reações.

830. AMOR E SEXO

Esta discussão será repetida em épocas diferentes durante os anos de crescimento da criança. Às vezes funciona melhor como um diálogo. Os pais podem começar quando as crianças são novas com estes temas: O que queremos dizer com a palavra "amor"? Quem amamos? Como os meninos são diferentes das meninas? Porque algumas coisas são particulares? O que você faz quando alguém tenta tocar você em suas partes íntimas? Que espécie de amor nós vemos na TV e nos livros? Mais tarde você desejará conversar com franqueza sobre mudanças do corpo e puberdade, sexo pré-nupcial, gravidez e métodos preventivos, AIDS, fidelidade e o compromisso do casamento. (Ver também

o capítulo 9, parte 4 sobre sexo.)

831. OS SONHOS

Todos sonham, porém muito freqüentemente esquecem o que sonharam. Um período de conversação interessante pode centralizar-se em sonhos: o que alguém lembra, como os acontecimentos reais ondeiam nos sonhos para dentro e para fora. Procure ler sobre REMs (movimentos rápidos do olho). A maioria das pessoas pensa que os sonhos têm qualquer conexão com a vida, ou em geral são fantasias? O que uma pessoa pode fazer sobre pesadelos assustadores? Você talvez queira pesquisar este assunto em um livro de referência (há vários disponíveis, inclusive dicionário de sonhos).

832. "AJUDE-ME!"

Uma criança pode se sentir confortável pedindo aos membros da família para ajudá-la em problemas pessoais. Às vezes uma criança desejará conversar apenas com um dos pais, porém algumas vezes a família inteira poderá dar sugestões. Uma discussão sobre o problema e as possíveis soluções faz com que todos se sintam melhor. "Como posso ajudar você?" é um oferecimento agradável para um pai fazer a um filho. Incentive debates de problemas em relacionamentos, desenvolvimento físico e habilidade, trabalho escolar, planos, futuros e sonhos. Quando não tiver as respostas, ajude seu filho a encontrar alguém que as tenha.

833. FAZENDO CONVERSA

Discuta o que torna divertido falar com outra pessoa, questões que ajudam a conversa prosseguir, e a linguagem corporal empregada ao falar com os outros. A seguir encontram-se algumas questões que uma pessoa pode utilizar para dar início a uma conversa com pessoas de diferentes idades. Talvez você queira representar algumas destas discussões. Peça para os membros da família relatarem a você quando tiverem usado de fato algumas delas.

- Com crianças menores: Quem é seu melhor amigo? Se você pudesse ter apenas um brinquedo, qual seria e como brincaria com ele? Que período do dia você gosta mais? (Os adultos devem evitar perguntar às crianças: Você tem sido bom? Você gosta de TV?)
- Com as crianças maiores: O que você sente quando ouve música? O movimento feminista afetou sua escola? Quais são as suas tendências favoritas de moda? (Os adultos devem evitar: Quando você vai começar a usar roupas de verdade? O que você quer ser quando crescer?)

• Com jovens adultos: Qual é o maior poupador de tempo em sua vida ocupada? Qual a coisa mais importante que você tem lido ultimamente? Como você encaixa os esportes em seu horário? (Evite: Quantos filhos você vai ter? Você fuma maconha?)
• Com cidadãos idosos: Quem foi a celebridade mais famosa que já encontrou? O senhor (ou senhora) vê tendências ou ciclos no governo (ou em roupas, economia, lazer)? Nosso clima tem estado ruim, mas qual foi a pior tempestade que se lembra? (Evite: Como está se sentindo? O senhor já fez seu testamento?)
• Com o desolado: Eu sei que você tem muito o que fazer, portanto, como posso ajudá-lo? Você lembra daquela tarde maravilhosa que passamos todos juntos? Todos se importam com você; você sabe que é um sobrevivente? (Evite: Logo você esquecerá sua dor. Tudo vai melhorar.)
• Com pessoas que trabalham: Como os computadores mudaram seu trabalho? Que qualidades você procura nos empregados que desejam mudar-se para o seu escritório? Se você fosse começar hoje, escolheria o mesmo campo? (Evite: O que você faz o dia inteiro? Posso dar uma sugestão?)

834. OS DEZ MANDAMENTOS DE CONVERSAÇÃO

Discuta estas regras para trocas de conversas bem-sucedidas: 1) Você deve ter no mínimo três temas de interesse para falar
em um evento social. 2) Você deve ter uma questão como trunfo, guardado para um momento quando o ambiente ficar interminavelmente silencioso. 3) Você não deve fazer um monólogo, mas também permita que as outras pessoas falem. 4) Você deve parecer cordial quando estiver falando, evitando carrancas e outras linguagens corporais que intimidam. 5) Você não deve recear uma pausa na conversa, isto fornece tempo para reagir e pensar sobre o que foi dito. 6) Você deve tratar o assunto de outra pessoa com suavidade, discordando com graça, sem rebaixá-la. 7) Você deve ler jornais, revistas e livros para que fale sobre fatos, e não rumores ou fofocas. 8) Você deve trabalhar para incluir todos os membros do grupo, sem deixar de lado um sexo ou idade. 9) Você deve dar indícios em sua conversa para que os outros peguem e perguntem sobre eles. 10) Você deve se lembrar de que conversar é no mínimo ouvir 50 por cento.

PARTE 4:
DISCUSSÕES RESOLVENDO PROBLEMAS

835. A LISTA DE PROBLEMAS

Comece a resolver problemas com as crianças pequenas, melhor do que permitir que elas continuem. Alguns problemas apenas somem se você os ignora por um tempo; porém quando um

persiste, é preciso lidar com ele. Elabore uma lista de problemas que *você* deve resolver. Converse com seu cônjuge sobre eles e decida quais se referem somente aos pais e quais envolvem as crianças. Fale com elas sobre as dificuldades que planeja superar. Deixe também seus filhos acrescentarem seus problemas à lista. Em seguida, examine-os um por vez. Tente achar a solução de um problema maior e risque-o da lista a cada mês.

836. CINCO PASSOS

Quando a família se reunir pela primeira vez para solucionar um problema, introduza estes cinco passos — que você usará com freqüência: 1) Junte os fatos; 2) relate o problema resumidamente; 3) enumere as alternativas; 4) examine com cuidado cada alternativa; 5) tome uma decisão para o momento.

Aqui está um exemplo de como utilizar os passos:

1. Fatos: Carla voltou para casa à 1:00 h da manhã a noite passada. A hora estipulada é 00:30 h. Não é a primeira vez que ela se atrasa. Papai ficou muito zangado. Carla também se irritou.
2. O problema: Os pais não querem que isso aconteça de novo. Carla tem medo de receber uma punição severa.
3. Alternativas: Nunca mais deixar Carla sair. Ficar livre do horário. Colocar um despertador na bolsa de Carla. Mudar o horário de entrada para mais cedo. Estabelecer o horário para mais tarde. Punir sua companhia. Fazê-la chegar mais cedo na próxima vez, tantos minutos quanto se atrasou. Mantê-la em casa por uma noite para cada quinze minutos de atraso. Propor um horário mais flexível, como entre 00:15 h e 00:45 h.
4. Discuta cada alternativa e descarte aquelas que considerar inaceitáveis. Leve em conta as restantes.
5. Planeje tentar duas ou três das possíveis soluções durante o próximo mês para ver como funcionam.

837. HABILIDADES BÁSICAS E SUPOSIÇÃO

Pergunte a si próprio: Eu realmente quero esta questão resolvida, ou apenas quero do meu jeito? As crianças têm

compreensão suficiente para ajudar a resolver este problema ou os pais podem solucioná-lo sozinhos? Esta é a época para resolvê-lo? Os membros da família estão descansados e calmos? Se assim for, vá em frente com os cinco passos, lembrando-se de que você é um coletor de fatos independente, um negociador amoroso e não um juiz. Comece cedo a usar o termo "negociar" com seus filhos.

838. SENTIMENTOS, TAMBÉM

Os fatos são importantes, mas os sentimentos também. À medida que você ouve outras pessoas comentando um problema, incentive-as a compartilharem seus sentimentos. Como se sentiam antes que a dificuldade ocorresse? Como se sentem agora? O que as faria sentir-se felizes ou satisfeitas? Através da compreensão dos sentimentos, talvez você seja capaz de efetuar uma solução que só os fatos não indicariam. Encoraje seus filhos a considerarem os sentimentos — deles e dos outros.

839. SOLUCIONANDO PROBLEMAS COM CRIANÇAS MENORES

Sua sessão de resolver problemas será mais curta, mas ainda pode seguir os mesmos cinco passos listados anteriormente. Crianças pequenas quase podem explicar um problema a você representando-o; deste modo elas podem revelar mais fatos. Algumas crianças gostam de colocar o assunto ou dificuldade nas bocas de bichinhos de pelúcia ou outros brinquedos. Você também pode pedir-lhes para inventar uma história sobre um amigo que tem este mesmo problema. Esta definição do problema constitui a parte mais difícil. Em seguida, proponha algumas soluções e deixe também a criança sugerir outras. Forneça-as em quantidade e variadas, dê algumas divertidas, e então comece eliminando-as até que chegue às finais. Estas merecem consideração cuidadosa antes de se tomar uma decisão. Não hesite em deixar uma criança mudar de decisão e tentar outra alternativa aceitável. Quando o problema estiver resolvido, dê muitas congratulações a respeito.

840. SOLUCIONANDO PROBLEMAS COM CRIANÇAS DE ENSINO PRIMÁRIO

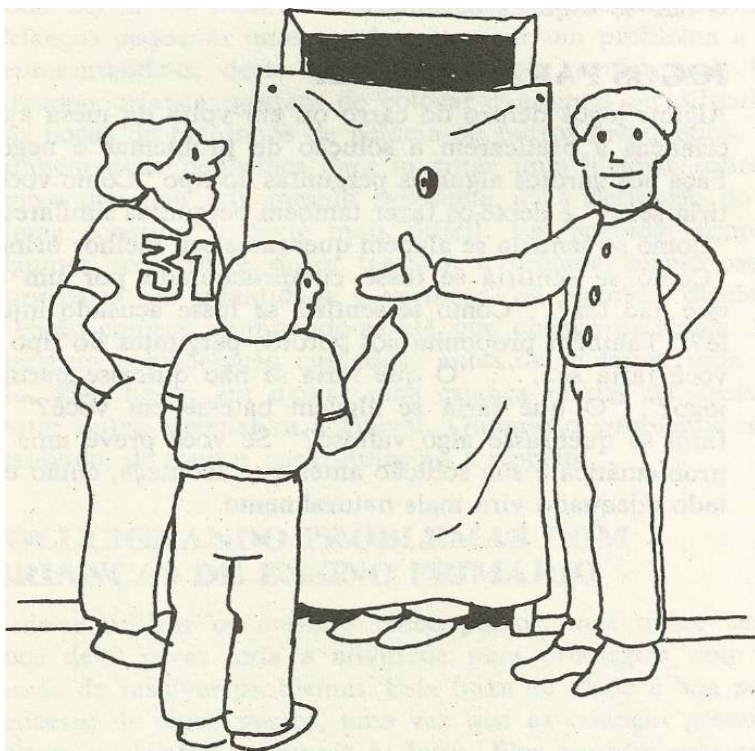
Pode-se utilizar os mesmos cinco passos, mas quase sempre você deve parar toda a atividade para prosseguir com uma sessão de resolver problemas. Esta faixa de idade é boa para o processo de cinco passos, uma vez que as crianças gostam de bancar os detetives e reunir os fatos. Elas também mostram-se mais inventivas em sugerir soluções. Um dos pais pode ser mais específico dizendo a seu filho exatamente qual comportamento se espera dele. Você verá que os garotos são muito cautelosos na

escolha de alternativas. Comece usando os cinco passos em um assunto menor para que se tornem familiares quando você for lidar com problemas mais difíceis. Nesta idade, talvez ache que eles resolvem algumas situações complicadas por conta própria empregando alguns ou todos os passos.

841. TODOS SÃO VENCEDORES
Quando uma decisão for tomada, deve satisfazer todas as partes.

Não deverá haver um vencedor ou um perdedor, mas apenas ajustes em comportamentos ou atividades. Torne o processo desafiante, porém divertido. Adie a sessão quando você estiver a ponto de perder a paciência ou quando alguém mais estiver exaltado, se sentindo tenso ou atormentado. Retome a discussão em um período mais adequado. Arranje tempo para examinar a decisão mais tarde para ver como está funcionando. E não se esqueça de elogiar!

842. JOGOS PARA BRINCAR
Alguns jogos dentro do carro ou em volta da mesa ajudam as crianças a praticarem a solução de problemas e negociações. Faça aos garotos algumas perguntas do tipo "Como você se sentiria se..." e deixe-os fazer também perguntas similares a você: "Como se sentiria se alguém quebrasse seu melhor brinquedo?" "Como se sentiria se fosse cumprimentado por um trabalho que não fez?" "Como se sentiria se fosse acusado injustamente?" Também proponha aos garotos perguntas do tipo "O que você faria se...": "O que faria se não quisesse participar do jogo?" "O que faria se alguém batesse em você?" "O que faria se quebrasse algo valioso?" Se você prevê uma situação problemática e sua solução antes que aconteça, então um resultado adequado virá mais naturalmente.

ONZE
COMEMORAÇÃO!

Aqui se encontram novas perspectivas de aniversários e feriados e novas maneiras de celebrar e compartilhar a alegria. O planejamento de festas não deve caber apenas às mães. Você achará mais divertido quando a família toda trabalhar em conjunto. E não dependa do calendário; pode-se realizar uma festa a *qualquer* dia.

Parte 1: Festas para todas as idades

Parte 2: Jogos para todas as idades

Parte 3: Comemorações durante o ano

Parte 4: O melhor Natal

Parte 5: Crie seu próprio feriado

PARTE 1: FESTAS PARA TODAS AS IDADES

843. A COROA DE ANIVERSÁRIO

Com a ajuda da criança, modele uma coroa de papelão resistente e recubra com papel dourado. Acrescente brilho ou "pedras preciosas" de celofane, para que fique realmente elegante. Coloque-a no criado-mudo do quarto do aniversariante depois que ele for dormir, na noite anterior ao seu aniversário. No dia seguinte, ele pode usá-la no café da manhã e onde mais desejar. Conserve a coroa para o próximo aniversariante.

844. BONECAS DANÇANTES

Usando um pedaço bem comprido de papel branco resistente, dobre-o em uma série de pregas com uns vinte centímetros de

largura, formando cerca de dezoito dobras. Então, deixe a criança desenhar o esboço de *metade* de um menino ou menina sobre a folha superior da pilha. A figura deve ter um braço e mão estendidos até a beirada da dobra do papel. (Talvez você queira refinar um pouco a silhueta, uma vez que isto ficará com você por muitos anos.) Em seguida, com uma tesoura grande de ponta bem afiada, corte o papel seguindo o esboço, tendo cuidado para não cortar onde as mãos se juntam. (Você se lembrará disto quando fizer bonecas de papel.) A criança segura a porção superior e você a inferior, abrindo com cuidado em uma longa fileira de bonecas dançantes. A primeira boneca recebe um número que corresponde à idade da aniversariante. Depois, a criança usa canetas hidrográficas para desenhar um rosto e roupas na boneca de papel semelhante à maneira como ela pensa que se parece hoje. Alinhe as bonecas sobre a lareira ou na escada — onde possam ser vistas. Guarde-as e a cada ano pegue-as de novo alguns dias antes do aniversário. Deixe o próprio aniversariante numerar e decorar a boneca seguinte.

845. TEMPO DE TREINO

Alguns dias antes da festa de aniversário, deixe que seu filho

pratique algumas das habilidades necessárias para que seus convidados se sintam felizes em terem vindo. Finja que você é um de seus convidados. Toque a campainha e deixe-o abrir a porta, convidá-la a entrar e mostrar o caminho para a sala de festa. Coloque um de seus brinquedos numa caixa e deixe-o fingir que abre o presente e comenta algo a respeito. (E o que ele deve dizer se recebeu algo que já possui?) Faça-o praticar o final da festa, acompanhando você até a porta, agradecendo pela sua presença e pelo presente.

846. SACOLAS PARA OS CONVIDADOS

Providencie uma pequena sacola de papel para cada criança que comparecer à festa. Antes da reunião, deixe que seu filho faça um desenho em cada uma. À medida que os convidados chegam, deixe disponíveis lápis de cera ou canetas hidrográficas para que cada pessoa possa escrever seu nome em sua sacola ou desenhar uma gravura. As sacolas devem ficar em torno do salão de festa, pois quando um convidado ganhar um prêmio ou uma lembrança, ele poderá colocá-lo em sua própria sacola.

847. MUITOS PRÊMIOS

Todos gostam de vencer; por isso, é melhor ter diversos prêmios baratos do que alguns poucos mais caros. Em um jogo, o vencedor ganhará uma recompensa, e todos os outros participantes serão premiados com uma pequena lembrança como um adesivo, um chiclete ou um balão. Ao sair para as

compras, procure prêmios que formem várias recompensas por um preço, como balões. Alguns bons prêmios baratos são: canudos para bolhas, ioiôs, boas revistas em quadrinhos, espuma de banho, chicletes sem açúcar, lápis de cera, canetas hidrográficas, balas de chocolate, miniaturas de carros e adesivos coloridos.

848. A LISTA DO DESEJO

Vá com seu filho até uma loja de brinquedos e veja quais realmente o interessam (melhor do que apenas aceitar aqueles das propagandas de televisão). Crianças mais novas apreciam objetos que se mexem; então, procure brinquedos que rolam ou se empilham. Ajude o garoto a elaborar uma "lista do desejo", incluindo uma variedade de brinquedos com preços diferentes. Você pode usar esta lista quando for comprar seu presente e para auxiliar amigos e parentes que pedirem sugestões.

849. O PRESENTE PARA UM AMIGO

Deixe a criança participar na compra de seu presente para outro garoto. Enquanto você aguarda, deixe-a escolher sozinha três possíveis itens. Então, ajude-a a se decidir por um. Mostre como

embrulhar a lembrança por si só, talvez na parte de quadrinhos do jornal de domingo, e também escrever seu próprio cartão. Provavelmente ela gostaria de ganhar o presente selecionado em uma ocasião especial.

850. A CAIXA OCUPADA

Telefone para uma tipografia local e pergunte se eles têm sobras de papel (em geral possuem e jogam fora). Consiga papéis de várias cores e formas e empilhe com cuidado numa caixa de papelão bonita, a qual você decora com o nome do aniversariante. Permita que seu filho faça o resto da ornamentação da caixa. Acrescente cola, lápis de cera, uma tesoura pequena, um grampeador pequeno, e assim por diante. Embora não custe muito, esta Caixa Ocupada se tornará um presente muito apreciado.

851. A FESTA PIRATA

Os convites mostram um navio pirata e pedem aos garotos que usem fantasias. Coloque uma bandeira de pirata num mastro alto no quintal, e amarre lençóis para formar velas grandes. Providencie moedas de ouro feitas de bombons de chocolate revestidos de papel dourado sobre a mesa de doces. O papagaio do pirata pode ser uma sacola de lembranças. (Se você não puder comprar uma destas com presentes baratos, faça uma de um saco de papel forte.) Deixe cada convidado ter seus olhos vendados e tentar acertar o saco suspenso para rasgá-lo e abri-

lo. Monte mapas do tesouro que levam ao "tesouro escondido" (prêmios). Jogue "Ande sobre a prancha", para ver quem consegue caminhar com os olhos vendados sobre toda a extensão de uma prancha estreita colocada no chão.

852. FESTA DO RETALHO

Cada convidado traz uma boneca favorita, e variados pedaços de retalhos. Os prêmios são concedidos para o melhor corte de roupa, a boneca mais bem vestida, o melhor sorriso, o cabelo mais atraente, a mais louvável, a mais gorducha, a mais engraçada, e assim por diante. Antecipadamente, ajude a criança a preparar os prêmios usando fitas e papel prateado, com um alfinete para fixar em cada boneca. Os convidados apresentam suas bonecas e fazem declarações sobre as características da boneca aos "juízes" (dois pais), que mais tarde deixam o anfitrião anunciar as vencedoras. Após a refeição, as crianças podem fazer comerciais infantis. Divida o grupo em pares. Deixe cada time desenhar em um chapéu a gravura de um produto; você encontrará diversos numa única revista infantil: fraldas, alimento para bebê, uma cama ou berço balouçante de criança, um brinquedo, xampu. Dê às duplas dez minutos para

prepararem sua propaganda, que pode incluir bonecas, músicas, um poema, uma piada — o que desejarem empregar para venderem seu produto. Então, o par apresenta seu comercial ao grupo, que vota no melhor. Também é divertido registrar estes momentos com uma câmera polaróide para que possam levar as fotos para casa.

853. FESTA NO PARQUE

Planeje uma festa no parque para crianças muito ativas. Sobre um pedaço grande de papelão, faça um marcador contendo os nomes dos participantes e os eventos: descer no escorregador primeiro com os pés, primeiro com a cabeça, de costas, em dois pés; balancear dez vezes; atravessar um túnel ou passar através das barras; participar de uma corrida de revezamento. Cole pequenas estrelas para cada atividade tentada e grandes estrelas para cada evento completado. Pendure balões nas árvores. Coloque todos os presentes sobre uma mesa de piquenique, e a comida em outra. Quando os garotos forem abrir os presentes, deixe-os se revezarem para escolher um embrulho a ser aberto. Aquele que escolhe deve ir pulando em um pé só (ou de pés juntos) desde a mesa de lembranças até o aniversariante. O último evento consiste em recolher todo o lixo e deixar o parque com aparência bonita.

PARA CRIANÇAS MAIORES

854. IDÉIAS PARA PRESENTES

Vá a um *shopping* (sem comprar), para que a criança possa elaborar uma lista de objetos desejados, com presentes de vários preços — incluindo não apenas brinquedos, mas também livros, equipamentos esportivos e roupas. Proponha alguns presentes duradouros como um microscópio ou um telescópio, um estojo de foguetes, um gravador ou um vale para um instrumento de sua preferência. Utilize esta lista quando amigos ou parentes precisarem de sugestões.

855. NOVOS PRIVILÉGIOS

Os pais deveriam ter um período de encontro particular com a criança aniversariante. Dê-lhe novos privilégios e responsabilidades: um aumento na mesada, uma hora de dormir mais tarde, um estoque de roupas mais amplo, um tempo de se recolher mais tarde, mais uso do carro da família, maior liberdade para fazer suas próprias escolhas, novas áreas de completa responsabilidade. Baseie-se na idade e no desempenho passado de seu filho, porém lembre-se de efetuar algumas mudanças a cada ano. Torne este encontro um importante acontecimento de aniversário.

856. ANTES DA FESTA

Converse sobre regras de festa, e depois escreva-as juntas para que não possa haver enganos. Estas regras podem servir para todas as reuniões, mas deve-se discuti-las e modificá-las para cada evento. Aqui estão algumas idéias: ninguém pode comparecer sem ter recebido um convite. Os convidados não devem trazer outras pessoas sem prévia aprovação. Os pais devem olhar a lista de convidados. Exceto em ocasiões especiais, o número de pessoas na lista não deve ultrapassar aquele em que você pode alimentar confortavelmente e entreter em sua residência. Uma vez iniciada a reunião, não há como desistir e voltar atrás. Um adulto acompanhante estará sempre à disposição. A música não deve ficar tão alta ao ponto de perturbar os vizinhos. A festa terminará com um certo acontecimento, a uma determinada hora. Os convidados terão um modo seguro de irem para casa. Não será servida bebida alcoólica. Não é permitido fumar ou usar drogas. A limpeza da festa será completada pelo aniversariante até a hora do almoço do dia seguinte.

857. A FESTA MAIS SIMPLES

Se um garoto quer dar uma festa sem muitos preparativos, proponha a festa do trivial. Cada convidado traz parte da refeição e o grupo prepara a comida em conjunto na cozinha: salada, cachorro-quente recheado, legumes e patês, maçãs, *milk shake.* Depois do trivial, mostre um bom filme alugado ou

dispute o jogo da velha. Pare o filme cerca de vinte minutos antes do final. Sirva pipocas e chocolate quente ou um refrigerante e deixe que cada um tente adivinhar como o filme acabará, e depois veja quem acertou. Então, após o filme, coloque uma música e converse.

858. FESTA OLÍMPICA

Ajude a planejar uma festa que apresenta muitos esportes diferentes: croquê, jogo de malha, tênis com peteca, tiro ao alvo com cestos, arremesso de disco, voleibol, revezamentos, corridas de duas pernas, cabo de guerra. Divida os convidados em no mínimo três times. Deixe cada equipe escolher um país e uma música (a qual não precisa estar relacionada ao país — pode ser apenas uma pequena canção animada que todos conheçam). Faça medalhas olímpicas de ouro, prata e bronze usando fitas e papel laminado. Realize uma atividade por vez, concedendo os prêmios e cantando a música do time vencedor após cada evento. Sirva sanduíche de tamanho olímpico e sorvetes do tipo faça-você-mesmo.

859. FESTA DA HABILIDADE

Isto funciona bem para crianças entre oito e doze anos de idade. Todas participam na preparação.

- *Massa Cozida.* Deixe o grupo misturar uma fornada grande: 3 xícaras de água, 1 xícara de sal, 4 colheres (de sopa) de alúmen, 4 colheres (de sopa) de óleo, 4 1/2 xícaras de farinha de trigo. Deixe a água e o sal ferverem; você pode adicionar corante de alimento nesta etapa. Tire do fogo e acrescente o alúmen, o óleo e a farinha. Amasse bem. Veja quem consegue produzir o objeto mais fantástico.
- *Pesos de papel cênicos.* Providencie um pequeno pote de comida para bebê para cada participante. Você também precisará de uma caixa de bolas de naftalina, massa de marca Durepox e figuras de plásticos ou itens de cerâmica e água. Grude a figura na tampa do frasco. Deixe secar enquanto você realiza outra atividade. Coloque 2 colheres (de sopa) de bolas de naftalina em cada frasco, acrescente água quase até a beirada. Deposite a massa em torno do *exterior* da borda do pote e no *interior* da beirada da tampa. Atarraxe a tampa no frasco e não o vire até que a massa tenha secado por completo. Então, vire-o de cabeça para baixo e veja nevar!
- *Esferas de Cristal.* Misture 1/2 xícara de detergente líquido a 5 xícaras de água. Acrescente uma pequena quantidade de glicerina para conservar a força. Misture bem e coloque numa gamela grande e achatada. Então, deixe os garotos modelarem aros de arame largos usando cabides

de casaco. Enrole o arame com barbante ou fio de algodão para reter maior quantidade de solução. Saia ao ar livre e produza bolhas gigantes mergulhando os aros na travessa.

A comida para esta reunião pode seguir o tema da habilidade: sanduíche e sorvetes do tipo faça-você-mesmo.

860. FESTA DO PORCO

Os convites têm o formato de um porco e pedem aos convidados para se vestirem em rosa-porco. A palavra "sim" nunca é dita durante a festa; em vez disso, usa-se "oinc". Planeje revezamentos, todos feitos de quatro. Os comes e bebes podem incluir uma gamela de porco elaborada por você e seu filho. Compre uma ou duas partes compridas de canaleta plástica em uma loja de materiais de construção. (Ela se tornará a favorita, e vale o dinheiro gasto — e é útil até mesmo para reuniões de adultos.) Lembre-se de obter junções, assim você terá algo semelhante a um prato muito comprido. Lave bem a canaleta, e então encha- a, deixando cerca de quarenta e cinco centímetros para cada pessoa. Coloque dentro colheradas de sorvete com coberturas. Sim, forneça colheres para comer! A gamela também pode ser usada de outras maneiras: espalhe grupos de 10 uvas pela canaleta e aposte para ver quem consegue engolir primeiro sem usar as mãos. Ou então, preencha-a com pipoca e coloque-a no chão para que várias pessoas possam alcançá-la ao mesmo tempo.

861. FESTA DO CAVALO

Para entusiastas de cavalos, esta festa pode ser divertida, e utiliza equipamentos de montaria, mas você não precisa "convidar" um cavalo de verdade. Os convidados vestem-se com *jeans* ou roupas de equitação. Cada pessoa escolhe um nome de cavalo e o usa durante toda a festa. Escreva estes nomes em etiquetas grandes com letras adesivas para que todos possam enxergá-los. Sirva o almoço de um alforje e deixe o convidado de honra sentar-se sobre uma sela. Tenha à disposição vários prêmios para os jogos: estes podem ser preparados por você e seu filho com antecipação e podem assemelhar-se a fitas de eventos hípicos. Com uma folha de papel laminado dourado e um jarro largo, faça a taça para o campeão global. As brincadeiras podem incluir competições de revezamento e salto, mas o favorito será a corrida de obstáculos. Antes da festa, monte obstáculos simples com estacas leves de madeira, e mastros ou canos de mangueira de plástico. Os mastros se apóiam sobre cavilhas nas estacas, para que caiam quando um pé os atingir. Coloque vários conjuntos de cavilhas para que os obstáculos possam ser levantados. Disponha os obstáculos em torno de uma pista. Para praticar, deixe os

convidados-cavalo competirem com os obstáculos baixos. Então, eleve-os para cada evento. Os obstáculos são tão divertidos que você os usará com freqüência, e talvez queira investir um tempo extra para construí-los mais duráveis. Esta é uma ocasião onde você com certeza desejará tirar fotografias.

862. FESTA ITALIANA

Esta constitui uma festa ideal para garotos que gostam de cozinhar e podem seguir instruções. Copie a seguinte receita em cartões numerados, com 7 cm por 12 cm de tamanho, colocando apenas uma parte das instruções em cada cartão. Não conte em que resultará o prato terminado, mas deixe os garotos irem à cozinha um por vez para fazerem o que está escrito no cartão. Esta receita dá para oito pessoas. Reúna os seguintes itens antes da festa:

Brócolis — 2 maços grandes
1 cebola de tamanho médio
1 lata de 200 g de tomates sem pele
50 g de carne magra de vaca em pedaços
2 xícaras de água

Sal e pimenta
500 g de macarrão (conchas, meia-lua ou parafuso)
2 colheres (de sopa) de azeite de oliva
1 pão de fôrma
Manteiga e queijo parmesão

Junte também duas panelas grandes para cozinhar, papel alumínio, um escorredor, um aparelho de jantar (incluindo sopeiras), taças pequenas para sorvete, uma terrina, um avental, pegador de panela, e uma frigideira pequena para derreter a manteiga. Você também pode providenciar sorvete cremoso no *freezer* e suco de cidra ou uva com gelo.
Os cartões devem dizer:
1. Prepare os brócolis: lave-os e depois retire os talos e corte-os em pedaços pequenos. Corte as pontas em florzinhas com o tamanho de uma colher.
2. Pique a cebola. Na panela grande, doure levemente a carne e a cebola no azeite.
3. Adicione à panela: os brócolis, a lata de tomate, 1 colher (de sopa) de sal, 1/2 colher de chá de pimenta. Cubra com duas xícaras de água e ponha para ferver, então abaixe o fogo de imediato. Comece a aquecer a água para a massa na segunda panela. Diga para a pessoa com o cartão número 5 para ir à cozinha em vinte minutos.

4. Ligue o forno a 175 graus. Derreta a manteiga numa frigideira pequena. Corte o pão em fatias e mergulhe um lado na manteiga. Espalhe queijo por cima. Reúna o pão e embrulhe com papel alumínio. Coloque no forno.
5. Verifique se os brócolis estão suficientemente cozidos. Na segunda panela, cozinhe a massa seguindo as instruções da embalagem. Examine o brócoli enquanto o macarrão cozinha, desligando o fogo quando estiver macio. Quando a massa estiver pronta, deixe-a escorrer no escoador e enxágue.
6. Pegue o macarrão escoado e junte-o à mistura de brócolis. Prove e adicione sal se necessário. Deverá ter a consistência de uma sopa grossa; assim, acrescente água se for preciso. Deixe a panela em fogo baixo.
7. Arrume a mesa com guardanapos, talheres e pratos de sopa. Coloque porções de sorvete cremoso em taças pequenas e devolva ao congelador.
8. Prepare as bebidas. Coloque o pão quente numa travessa e o prato principal na terrina. Chame os convidados para jantar.

Esta receita siciliana chama-se Minestrone. Permitir que cada convidado trabalhe para juntar tudo, é — por si só — uma festa. Você receberá muitos comentários ao longo do jantar! Mostre um bom filme italiano depois da refeição.

863. FESTA DO MISTÉRIO

Os adolescentes adoram estas festas encomendadas que testam a criatividade. Procure em uma loja de brinquedos o jogo "Detetive". Previamente, faça convites sugerindo algumas fantasias que os personagens misteriosos poderão usar na reunião (seis pessoas ou seis duplas). A brincadeira se passa numa casa onde houve um assassinato, e os personagens respondem às perguntas de acordo com seus papéis para tentarem descobrir o assassino. Não se sabe a solução por cerca de duas horas; torna- se uma festa excitante e cheia de suspense. Você pode servir refrescos na metade do jogo ou apenas um lanche durante toda a atividade. Lojas de festas e brinquedos possuem uma grande variedade destes jogos, os quais podem ser reaproveitados.

864. FESTA DAS NOVAS INVENÇÕES

Cada criança traz um brinquedo ou jogo e conta o que gosta nele. Então, diz como desejaria *mudá-lo*. Depois que cada um tiver sua chance de falar, forneça papel e lápis para desenhar ou descrever uma gravura de um brinquedo ou jogo que ainda não foi criado. Deixe cada convidado procurar em sua casa um invento que é, em sua opinião, o mais ou o menos útil para uma família. Promova jogos de palavras como o mexe-mexe e arranje itens baratos como prêmios para o entretenimento: baterias, canetas hidrográficas, papel de desenho colorido,

agendas, lentes de aumento, e outros objetos para uma mente criativa. Para a comida, providencie pão de centeio e uma variedade de recheios para que os garotos possam inventar seus próprios sanduíches.

865. FESTA DO ASTRO DO ROCK

Cada convidado deve se vestir como seu astro de *rock* favorito e estar preparado para dublar uma música de seu artista escolhido. O salão de festa deve ter luzes coloridas e um microfone falso. Os prêmios se destinam à melhor fantasia e ao melhor cantor. Espalhe pequenas mesas diante de seu "palco" e deixe disponíveis lanches e bebidas leves, e então, termine a noite com dança.

PARA TODAS AS IDADES

866. PLANTE UMA ÁRVORE

Se o aniversário de seu filho coincidir com a estação de plantio de sua região, presenteie a criança com sua árvore de aniversário. Selecione um exemplar pequeno, com aproximadamente a mesma altura da criança. Escolha com cuidado o local adequado e plantem-na juntos. Meça a árvore e o garoto no ano seguinte. Ela se tornará sua própria árvore, e ele

poderá cuidar dela quando necessário. Lembre-o de que nos anos futuros, quando ele retornar para seu velho "lar", a "sua" árvore sempre será um registro dos bons anos de infância.

867. ESCOLHA UMA DATA DE NASCIMENTO

O que existe de tão mágico na data real em que uma pessoa nasce? Para a criança, o importante é a comemoração: os amigos, a festa, os presentes, bolo, ser o centro das atenções. Crianças nascidas perto do Natal com freqüência sentem-se lesadas em suas moderadas porções de presentes e excitação. Isto revela-se importante para a criança e, portanto, deixe-a escolher outra data num período menos atribulado. Esta medida também prolonga a época de dar presentes para os pais! Para um bebê nascido em dezembro, considere a data de aniversário no meio do ano. Junho é uma ótima época para dar uma festa!

868. FESTA NA SELVA

Os convidados vestem-se como Tarzan, Jane, ou um animal da selva. Decore com papel crepom verde, flores de papel e algumas plantas reais. No exterior, pendure cordas nas árvores para se balançar. Providencie uma corda para ser escalada de mão em mão, que servirá a uma competição. Planeje também uma disputa de grito do Tarzan e ofereça prêmios para os melhores trajes. Sirva comida sobre esteiras no pavimento ou chão. Proporcione alimentos para usar as mãos: abacaxi,

mamão, torta de banana, espetinhos de carne.

869. FESTA DO VÍDEO

Isto requer um time: o operador de câmera e o repórter. Cada convidado será entrevistado ao chegar na festa. Porém, antes de cada entrevista, o repórter secretamente faz uma pergunta à câmera. Então, com a câmera *desligada,* ele formula uma pergunta diferente. O operador então *liga* a filmadora para esta resposta. A troca de perguntas e respostas pode se tornar muito engraçada. Por exemplo, o entrevistador diz secretamente para a câmera "Olá, Lisa, eu sou o repóter curioso. Você poderia contar aos nossos telespectadores a maneira correta de se comportar na igreja?' Depois, na presença do convidado (mas com a filmadora *desligada*) ele pergunta "Como você aplica sua maquilagem de modo tão atraente?" *Depois* liga-se a câmara e grava-se a resposta. Outras questões combinadas são 1) "Como você descreveria seu melhor amigo?" e "O King Kong se parece com o que?" e 2) "O que torna uma conversa interessante num encontro?" e "Quais foram as perguntas mais difíceis que já fizeram a você num exame?' Mantenha a câmera de vídeo em funcionamento durante a refeição, tirando closes exagerados das pessoas comendo. Então, divida o grupo em dois times e veja qual consegue fazer a pose mais rara para a câmera. No final, quando tiver pelo menos meia hora de gravação, sentem- se juntos e assistam o filme.

PARTE 2: JOGOS PARA TODAS AS IDADES

870. OLHOS, BOCAS E PÉS

Na verdade, esta atividade compõe três jogos. Pendure um lençol num batente de porta e corte um buraco do tamanho de um olho. Divida os participantes em duas equipes, e deixe cada uma de um lado do lençol. Uma pessoa atrás do lençol coloca um olho no buraco. As do outro lado têm uma chance para identificar o olho e, se o palpite estiver correto, o time marca um ponto. Depois, o próximo jogador do time faz o mesmo, e à medida que os palpites estão corretos, o processo de eliminação fica mais fácil. Quando o primeiro time acabar, será a vez do outro lado tentar uma marcação maior de pontos. O próximo jogo consiste em cortar o buraco um pouco maior para se identificar bocas. A brincadeira também pode se realizar erguendo o lençol a cerca de quinze centímetros do chão e tentando adivinhar pés descalços ou com meias.

871. O LABIRINTO

Você precisará de um prêmio pequeno para cada jogador. Embrulhe-os e amarre cada a um pedaço de fita ou barbante

resistente de cor diferente, com no mínimo quatro metros e meio de comprimento (maior para garotos mais velhos). Prenda um palito de sorvete na outra ponta. Coloque os prêmios em torno de um ambiente — debaixo dos pés de uma cadeira, numa gaveta do armário, sob almofadas pesadas de encosto — cobrindo todos os lados do local. Então, pegue as fitas ligadas às recompensas e estenda-as através da sala. À medida que você espalha cada fita, enrosque-a em torno das outras. Traga todos os palitos de sorvete para juntar em um local. Os participantes escolhem um palito e então começam a desenrolar a fita, abaixando-se e contornando os outros enquanto trabalham para alcançar seus prêmios. O jogo também pode se efetuar fora de casa entre árvores, barras de subir ou bicicletas. Faça o emaranhado de fitas mais fácil para crianças pequenas, e mais difícil para as maiores.

872. COMO VOCÊ MUDOU!

No convite da festa, peça para cada convidado trazer sua foto de bebê. Coloque-as ao redor da sala com um número para cada uma. Todos devem olhar para as fotografias durante a parte inicial da festa. Então, forneça lápis e papel para cada pessoa para listar os números e depois deles os nomes dos bebês. Dê um prêmio para aquele que mais acertou e também para o que mais errou (não conte isso antes). Este jogo também pode ser usado para uma reunião em família.

873. JOGO DE FORÇA

Em carpete macio ou na grama, divida o grupo em pares. Posicione os pares a uma boa distância um do outro por segurança. Os parceiros ficam de frente um para o outro, colocando a palma de suas mãos juntas; então, cada um dá um poucos passos para trás, ficando apoiados um no outro para manterem seus equilíbrios. Quando todas as duplas estiverem em posição, diga "Já!" Ao mesmo tempo, cada um tenta empurrar seu parceiro para trás a uma posição vertical, sem mexer os pés. É difícil! Vence o primeiro a consegui-lo.

874. QUEM É QUEM?

Usando revistas que apresentam pessoas, música, esportes ou novidades, corte fotografias de personalidades famosas. Dê um número a cada foto e pregue-as ao redor da sala. Forneça papel e lápis aos jogadores para que escrevam o primeiro nome, o sobrenome e a ocupação de cada um. Isto significa que existem três respostas corretas para cada foto. Cada resposta certa vale um ponto; se há vinte gravuras, uma marcação perfeita resultará em sessenta pontos. Como alternativa para este jogo, pregue as fotos nas costas dos participantes e deixe-os fazer perguntas do tipo sim ou não para o grupo sobre quem são eles.

875. HÓQUEI DE MÃO

Divida os participantes em dois times e deixe-os de pé em uma fileira, uns de frente para os outros com as mãos estendidas, palmas para cima e os dedos mínimos entrelaçados juntos. O primeiro jogador da linha é o árbitro, o último é o goleiro. O objetivo é simples: passar uma moeda pela fileira desde o árbitro até o goleiro. A única regra é que cada jogador deve manter os dois dedos mínimos firmemente entrelaçados. A moeda volta para o juiz se cair no chão ou se os dedos se separarem. Assim que a moeda alcançar o goleiro, a equipe marca um ponto. A moeda volta ao árbitro e começa a passar pela fileira de novo. Ganha a equipe que marcar primeiro cinco pontos.

876. A ARCA DE NOÉ

Este jogo funciona igualmente bem para crianças pequenas ou mais velhas. Antes da festa construa um cartão (com 15 cm por 22 cm de tamanho) para cada jogador. De um lado escreva o nome de um animal (alguns fáceis para crianças menores, e mais difíceis para os adolescentes). Do outro lado, em cima, coloque um número e as palavras "Desenhe aqui." Retire os cartões de modo que ninguém veja o nome do animal exceto a pessoa que o recebeu. Então, dê aos participantes cerca de dez

minutos para fazerem um trabalho realmente bom desenhando aquele animal no lado escrito "Desenhe aqui", e assinando a gravura. Os cartões são recolhidos e depois distribuídos pela sala; os jogadores recebem papéis numerados onde escreverão o nome do animal desenhado. Dê prêmios para as respostas mais corretas e também para a pessoa que desenhou o animal que foi identificado corretamente a maioria das vezes.

877. VOCÊ É A PESSOA

Os adolescentes apreciam este jogo, uma vez que ele descontrai. Um garoto senta-se num banco e tem seus olhos vendados. Alguém diz que ele está procurando por (o nome de uma das moças da festa), e ele deve identificá-la pela mão. Cada garota coloca sua mão sobre a dele, e ele decide se é aquela. Se acertar, o time dos rapazes marca um ponto. Então, há o revezamento: uma jovem recebe uma venda nos olhos e deve identificar um determinado rapaz sentindo os narizes de todos os garotos. De novo, ganha um ponto se o palpite for correto. Continua-se alternando, até que todos tenham tido chance de adivinhar. A equipe com o maior número de palpites certos vence.

878. AUF

Um jogador denominado "o treinador de cães" recebe uma

venda em seus olhos e uma régua ou ponteiro. Os outros sentam- se formando um círculo, comportando-se como cachorros. O instrutor dá três voltas e depois aponta e diz "Fale!" A pessoa indicada deve latir com um cão. O treinador pode pedir ao animal para que fale de novo. Se não puder identificá-lo, este jogador torna-se o novo treinador. Depois que o próximo treinador recebe a venda nos olhos, os cães podem trocar suas posições.

879. VOLEIBOL COM BALÃO

Jogue dentro ou fora de casa. Coloque uma fita ou corda para dividir os times. Uma bexiga de bom tamanho é arremessada entre os jogadores, que tentam evitar que caia no chão a seu lado. De acordo com a idade e o número de participantes, estabeleça regras em relação a como bater no balão: somente com as mãos, apenas com a cabeça, só com os pés, ou qualquer outra parte do corpo. O time marca um ponto a cada vez que a bexiga tocar o chão do outro lado. Como variação, proponha que movam o balão apenas assoprando-o.

880. PEGA APITO

Você precisará de um apito barato para cada participante. Amarre os apitos à cintura de cada jogador de modo que se inclinem para baixo até ficarem pendurados perto dos joelhos.

Faça um círculo com giz ou uma corda para que os garotos fiquem dentro e bastante aglomerados. Escureça um pouco o ambiente. O objetivo consiste em soprar o apito de outra pessoa sem que ela pegue você primeiro. Mas você não pode ser pego se estiver de pé, reto. Então, os jogadores movem-se furtivamente em posição vertical, tentando com rapidez inclinar o corpo e soprar o apito. Quando uma pessoa é pega (enquanto não está de pé) ou quando alguém assopra seu apito, ela sai e senta-se na beirada do círculo. Você terá dois vencedores, uma vez que é quase impossível para os últimos dois jogadores assoprarem os apitos um do outro.

881. A MOEDA MÁGICA

Esta brincadeira funciona melhor com dois times contendo cada um de três a seis participantes, um dos quais é o capitão em cada lado. Os garotos sentam-se próximos em torno de uma mesa de jogo, cada equipe usando dois lados adjacentes. Uma moeda de cinqüenta centavos é dada ao Time 1; eles colocam suas mãos sob a mesa e a passam entre si até que o capitão do Time 2 diga "Já!" Neste ponto, todos do Time 1 devem pôr suas mãos sobre a mesa, com as palmas para baixo. Eles podem fazer isso trazendo as mãos lentamente pela beirada da mesa ou colocando as mãos rapidamente dando uma pancada na mesa

para encobrir o som da moeda batendo na mesa. Os jogadores do Time 2 olham para as mãos e decidem juntos qual delas esconde a moeda. O objetivo consiste em olhar todas as mãos *sem* a moeda. Eles sugerem uma pessoa por vez, e suas mãos são viradas. Se não virarem a moeda até a última mão, eles vencem, e então será a vez do Time 2 ficar com a moeda. Se descobrirem a moeda muito cedo, ela será escondida de novo pela mesmo time.

882. ACENDEDORES DE VELAS
Você precisará de um relógio de pulso com cronômetro, duas bolas de praia resistentes e duas velas firmes. Divida o grupo em duplas. Acione o cronômetro quando entregar aos membros da dupla as duas bolas de praia. Cada um deve sentar-se na bola e equilibrar-se com os pés fora do chão, usando apenas as mãos como apoio. Então, quando ambos estiverem equilibrados, um recebe uma vela acesa e o outro uma vela apagada. Assim que conseguirem acender a segunda vela na primeira, pare o cronômetro e anote o tempo. Outra dupla tenta bater a marcação, e vence o tempo mais curto.

PARTE 3:
COMEMORAÇÕES DURANTE O ANO TODO

JANEIRO

883. DIA DE ANO NOVO
Planeje uma casa aberta para três gerações à tarde, durante a programação comemorativa da TV. Alugue televisores para que os programas possam ser vistos em vários ambientes. Sirva refrigerantes, pipocas, cachorro-quente ou pizza, e reserve uma sala apenas para conversas. Os garotos, pais e avós podem convidar os amigos. Se houver torcedores realmente fanáticos assistindo um jogo de futebol, promova uma competição para ver quem dá o melhor palpite sobre o resultado. Como prêmio, dê um calendário interessante para o ano novo.

884. DIA DAS DECISÕES
Depois da excitação pelo término do feriado, promova um dia para uma reunião a fim de discutir resoluções ou metas para o ano que entra. Decida primeiro sobre os objetivos da família inteira, por exemplo, compartilhar boas novidades a cada dia, ter um dia de descanso a cada semana, fazer algo emocionante a cada fim de semana, se comunicar com os parentes regularmente, jantarem juntos todas as noites, ou ler todos os dias. Então, cada pessoa da família trabalha em metas

individuais: aprender um novo esporte, fazer um novo amigo, melhorar uma nota, contribuir com uma idéia nova no escritório, livrar-se de um mau hábito. Escreva todas as propostas. No primeiro dia de cada mês, pegue a lista e veja como você está se saindo. Mantenha-a durante o ano e conte quantas resoluções funcionaram.

885. ÜLTIMO DIA DE NATAL

Celebre o final da época natalina em um fim de semana. Desmonte a árvore, mas torne isso um acontecimento feliz, com a cooperação de toda a família. Sirva as últimas castanhas e frutas natalinas e toque músicas natalinas uma última vez. Providencie um bloco de papel e um lápis à disposição para que cada pessoa possa escrever mensagens secretas sobre as festividades, e empilhe-as nas caixas com os enfeites; elas serão encontradas no próximo dezembro, quando a época se aproximar de novo.

886. A DÉCIMA SEGUNDA NOITE

Em muitos países o Dia de Reis é celebrado de diferentes maneiras, no dia 6 de janeiro, doze dias após o Natal. Você pode dar-lhe um significado especial em seu lar. Nesta noite, converse sobre atividades interessantes a fazer no ano que chega. Com freqüência, os pais apenas "anunciam" quais excursões farão nos fins de semana, sem descobrirem o que a

família toda apreciaria realizar em conjunto. Use um mapa e desenhe um círculo, formando um raio de vinte e cinco quilômetros em torno de sua residência. Anote nele todos os lugares interessantes: parques, locais históricos, lagos, cidades. Comece uma lista da décima segunda noite com algumas atividades para o fim de semana, próximo e distante. Se os garotos não têm muitas idéias, incentive-os a pensar a respeito e verificar com amigos, e depois trazer o assunto à tona de novo. No jantar de segunda-feira de cada semana todos votam na atividade para o próximo fim de semana. Mantenha a lista em andamento durante o ano.

FEVEREIRO

887. DIA DE PREPARO A ESCOLA

As compras para a volta às aulas constituem uma boa oportunidade para compartilhar o entusiasmo de seu filho. Marque no calendário um tempo separado para quando você puder fazer compras com cada criança sozinha, enquanto alguém toma conta das outras. Vá às lojas das redondezas e adquira os materiais escolares, e depois, alguns novos itens de vestuário necessários. Termine na lanchonete favorita da

criança. Converse sobre suas esperanças e planos para o ano letivo que se aproxima. De volta ao lar, deixe-a fazer uma exposição de suas compras para todos da família.

888. **DIA DE CARNAVAL**
Realize um carnaval caseiro diferente, onde o tema será o verde. Na noite anterior, ajude os garotos a encontrarem roupas verdes para usar. Um pouco de corante de alimentos verde nos ovos mexidos, servido com presunto, formam um exótico café da manhã. Inclua também aipo, maçãs e biscoitos verdes. Para o jantar, arranje uma toalha de mesa ou guardanapos verdes, folhas verdes (ou adornos de abacaxi verde) no centro da mesa; prepare alguns alimentos verdes e deixe seus filhos ajudarem: leite ou suco verde, purê de batatas verde, vegetais ou saladas verdes, bolinhos com glacê verde. Convide os amigos para esta ocasião e, após o jantar, providencie músicas carnavalescas.

MARÇO

889. **DIA DO NOVO HORIZONTE**
Encontre-se com cada criança separadamente e discuta suas necessidades financeiras. Se você ainda não fez isso em seu aniversário, estabeleça uma nova mesada e um novo horário para dormir. Mude-o para um período mais tardio que no último ano letivo (em geral, cerca de quinze minutos mais tarde). Fale sobre o que o garoto planeja fazer no próximo ano escolar e quais atividades para depois da aula ele gostaria de incluir. Incentive suas esperanças e garanta-lhe que você fará tudo que puder para *ajudá-lo* a torná-las realidade.

890. **DIA DO MELHOR AMIGO**
Selecione uma data próxima ao final do mês e homenageie a amizade neste dia especial. Umas poucas semanas antes, deixe cada pessoa da família escolher e convidar seu melhor amigo.
Planeje algumas atividades simples: um passeio a pé, um filme, jantar à volta da lareira. Prepare um cartão de melhor amigo para entregar no final do dia.
(Observe que a Páscoa foi listada em abril, embora ocorra algumas vezes em março.)

ABRIL

891. **DIA PRIMEIRO DE ABRIL**
Arrume a mesa para o jantar *debaixo* da mesa, e todos comerão no chão. Tinja o leite ou a água com corante de alimentos azul. Asse amêndoas dentro de um bolo e dê um prêmio para quem

achar mais. Esconda um despertador na sala e marque para disparar durante o jantar. Promova uma competição de caras engraçadas na refeição. Secretamente, reajuste um relógio e veja se alguém percebe. Incentive cada pessoa da família a cometer uma travessura que não seja sem graça ou perigosa. Toque discos velhos malucos no aparelho de som durante a reunião. Camas com lençóis curtos para surpresas na hora de dormir. Esconda algo incomum debaixo de cada travesseiro: uma pedra, um dente de nenê, uma fotografia tola, uma moeda estrangeira, revistas em quadrinhos.

892. **A ÁRVORE DE PÁSCOA**

Como uma árvore de Natal, uma árvore de Páscoa constitui um aviso diário da beleza da estação. Com a ajuda das crianças, corte um galho largo e pulverize-o com verniz claro ou tinta. Arrume-o de pé num recipiente usando barro ou pedras para fixá-lo no lugar. Todos preparam ovos de Páscoa permanentes perfurando ambas as extremidades de um ovo com uma agulha grossa e assoprando o conteúdo (que pode ser utilizado para ovos mexidos). Decore os ovos e cole fitas neles para que possa pendurá-los na árvore Posicione sua árvore num local onde a família a veja com freqüência. No final da temporada, guarde os ovos em caixas de papelão apropriadas a fim de mantê-los seguros até o próximo ano. Você também pode guardar sua árvore para o ano seguinte.

893. **HISTÓRIA DA PÁSCOA**

Nas semanas que antecedem a data, leia aquelas passagens da Bíblia que contam os últimos dias dos ensinamentos de Jesus. Deixe os garotos se distraírem com a leitura dos milagres, das curas, a entrada triunfante em Jerusalém, os preparativos para a Última Ceia, o que aconteceu durante a ceia, e o que houve quando Judas traiu Jesus no Jardim de Getsêmani. Continue com o martírio de Jesus, a crucificação, os dias no sepulcro, a manhã da ressurreição, e o encontro de Jesus com seus seguidores antes de Sua ascensão. (Você encontrará todas estas histórias no fim dos livros de Mateus, Marcos, Lucas e João.) Ninguém pode dizer que estas histórias não estão cheias de aventura!

894. **CAÇADA DE PÁSCOA**

Um novo tipo de caçada de Páscoa! Ao lado dos tradicionais ovos e chocolates, esconda elementos para um bom café da manhã. Embrulhe-os em plástico ou papel alumínio com nomes nas etiquetas, para que cada pessoa da família obtenha um destes: uma laranja ou maçã fatiada, um pedaço de bolo de café, um ovo quente e uma colher (ele permanecerá quente em sua

casca se você embrulhá-lo com papel alumínio), uma pequena garrafa de suco.

895. DIA DO ÍNDIO

Esta data é celebrada no dia 19 de abril. Faça convites pedindo que compareçam fantasiados de acordo com o tema. Previamente, prepare etiquetas de identificação para os convidados usarem, representando os nomes dos diversos grupos indígenas brasileiros: tupis, aimorés, xavantes, paumaris, aruãs, guaicurus, bororós, e assim por diante. Decore a casa com papel crepom verde e muitas plantas. Sirva comida silvestre, como peixe assado em folha de bananeira, mandioca e outras raízes, e refrescos à base de guaraná e água de coco. Promova competições e deixe os garotos se revezarem na função de cacique. No final da noite, acenda uma fogueira no quintal e converse sobre como deve ser a vida numa aldeia indígena.

896. DIA DE CABRAL

Esta data refere-se ao descobrimento do Brasil, em 22 de abril de 1500. Existem mitos e também diversas histórias de aventura verdadeiras e respeito deste famoso navegador. Ele recebeu recomendações tão detalhadas de Vasco da Gama sobre a rota, que suspeita-se que este último soubesse da existência de terra na direção do Brasil. Usando um atlas ou globo, trace suas viagens através do Atlântico. Leia sobre o acontecimento na enciclopédia ou em livros da biblioteca. Prepare um jantar

português em sua homenagem.

MAIO

897. DIA DO TRABALHO

Torne este feriado especial, combinando o trabalho com a diversão. Decida-se sobre um grande projeto de serviço para a manhã, como pintar a cerca ou limpar a garagem. Comece cedo o bastante para acabar na hora do almoço. Enquanto trabalha, fale sobre diversos tipos de serviço e o que eles transmitem. Explique sobre o movimento trabalhista para que os garotos entendam o trabalho de sindicatos e entidades de classe. Depois, comemore de tarde através de jogos até o pôr-do-sol.

898. DIA DAS COMUNICAÇÕES

Nesta data, comemorada no dia 5, aproveite para compartilhar um tipo diferente de comunicação. Antes da festa, arranje uma tabela simples de desenhos da linguagem alfabética manual dos surdos-mudos. Tire cópias para todos os convidados. Reúna os garotos da vizinhança em sua casa e, depois de um lanche,

distribua as cópias aos participantes. Faça uma brincadeira: em segredo, um jogador deve decorar uma palavra, e em seguida tem que demonstrá-la com sinais manuais para que o grupo tente ler. (No início, dê palavras fáceis, como "EU". A cada rodada, aumente o grau de dificuldade à medida que adquirirem habilidade). O primeiro a conseguir ler a palavra será o próximo "locutor". Vence a pessoa que for mais vezes o "locutor". Você ficará surpreso com a velocidade de aprendizado dos garotos.

899. DIA DAS MÃES
Deixe esta data se tornar o tradicional dia de não cozinhar para a mamãe. Jantar fora é bom, mas comida preparada por outras pessoas da família resultará mais especial para ela. (Apenas lembre para limparem a cozinha depois de tudo!) Comece com o café da manhã na cama, a família toda reunida. Se a mãe trabalha num escritório, surpreenda-a com uma planta para dar um realce em sua mesa. Se a mãe fica em casa, planeje um tempo para lhe fazer as unhas ou dar-lhe outro tratamento especial durante o dia. Realize uma comemoração à noite, fazendo somente as coisas que mamãe mais aprecia.

900. DIA DA OUTRA MÃE
Algumas semanas antes do Dia das Mães, converse com a família sobre outras boas mães que todos conhecem. Escolha uma e planeje um evento surpresa para seu Dia da Outra Mãe. Este pode ser algo simples, como enviar-lhe um cartão ou dar-lhe um ingresso válido para um show, um cinema ou peça de teatro. Ou então, você pode fazer uma visita surpresa com bolo e bebidas durante a tarde. Aqui estão idéias mais elaboradas: jantar fora, flores, ou caçarola do mês (um prato diferente entregue a cada mês, preparado quando você o está fazendo para a família).

901. DIA DA ABOLIÇÃO
Esta data, referente à abolição da escravatura, merece a atenção da família. Em uma enciclopédia, leia um resumo da história negra, começando pela África. Depois, leia um livro sobre a história negra no Brasil. Um balconista de livraria ajudará você a encontrar bons exemplares. Faça revezamento para ler em voz alta partes sobre o trabalho da Princesa Isabel e outros abolicionistas. Considere como sua família ou sua igreja poderia romper a separação entre as raças e promover atividades e fazer amizade com pessoas de todas as raças. Veja como os jornais cobrem o evento antes e depois da data.

JUNHO

902. DIA DA ECOLOGIA

No dia 5, após o jantar, comemore a data reunindo a família para um bate-papo. Conversem sobre o que é ecologia, ecossistema e a interação entre os seres vivos e o meio ambiente. Juntem revistas e jornais e recortem notícias referentes a derramamento de óleo no mar, poluição ambiental, desmatamento de florestas, caça a animais em extinção, e outros temas ligados à ecologia. Preguem as reportagens no quadro de avisos. Discutam sobre como a família pode colaborar na preservação do meio ambiente, por exemplo, promovendo debates com vizinhos e parentes, ligando-se a associações ou realizando passeatas.

903. DIA DOS NAMORADOS

Uma semana antes, deixe as crianças construírem e decorarem uma caixa de presentes à moda antiga. Incentive a montagem de cartões feitos à mão. Coloque os cartões e pequenos presentes dentro. Talvez você queira escrever uma "carta de amor" para cada criança, dizendo de todas as maneiras que ela é especial para você. No dia 12 de junho abra a caixa no jantar, compartilhando alguns dos cartões e deixando outros serem particulares. Faça a refeição em vermelho e branco. Sirva gelatina vermelha, frango (carne branca), beterraba vermelha, batatas, bolo vermelho e branco com leite rosa. Talvez todos queiram se vestir de vermelho e branco. Converse sobre Santo Antônio (procure numa enciclopédia) e discuta como podemos ter tanta consideração pelos outros como ele demonstrou.

904. FESTA DO CHÁ DE SANTO ANTÔNIO

Convide filhas, mamães e vovós para um chá ao final da tarde, no dia 13 de junho. São requeridas roupas de festas. Antes da reunião, ajude os garotos a construírem molduras em forma de coração para porta-retratos. Para dar um toque formal, selecione discos clássicos como música de fundo. Prepare uma elegante mesa de chá com canapés e biscoitos pequenos. Uma atraente poncheira rosa pode ser a peça central de outra mesa. Deixe os irmãos servirem como garçons. Você se surpreenderá em ver como as crianças apreciam um acontecimento formal.

905. DIA DA QUERMESSE

Neste mês de festas juninas, ajude os garotos a planejarem um dia de quermesse. Um ou dois pais e dez ou mais crianças podem se divertir muito com esta atividade. Primeiro, fale sobre diferentes acontecimentos de uma quermesse: arremesso de

argolas sobre garrafas, pintura no rosto, danças de quadrilha, adivinhação de pesos, lançamentos de bolas através de um buraco num quadro, arremesso de dardos, barracas de quentão e de comidas (pinhão, batata-doce, pipoca, bolo de fubá). Em seguida, deixe os garotos decidirem em quais atividades querem trabalhar e como os eventuais lucros serão divididos. Cada um reúne o equipamento necessário para sua barraca. Depois, escolha o lugar; um jardim grande na frente da casa revela-se ideal. Uma criança pode montar cartazes anunciando o evento, os quais podem ser colocados em esquinas. Vá a um magazine em liquidação e compre muitos prêmios baratos, balões e sortimentos pequenos de balas. Alguns dias antes da quermesse, os garotos podem escrever folhetos indicativos com o período, a data, o local e as atrações do parque. Distribua os panfletos em cada residência da vizinhança e a outros amigos e parentes. A estrutura deve ser montada na manhã da festa, usando mesas de jogar cartas, guarda-chuvas, algumas cadeiras ou bancos para descanso, balões e bandeirolas de papel crepom para uma aparência festiva. Mantenha os preços bem baixos para que os garotos e pais brinquem nas atrações e comprem a comida.

JULHO

906. DIA DO ANIMAL DE ESTIMAÇÃO

Escolha um dia para homenagear todos os animais de estimação da vizinhança: peixes, pássaros, gatos, cachorros, *hamsters.* Torne esta data o aniversário oficial deles à cada ano. Coloque laços em cães e gatos e amarre fitas em torno de aquários e gaiolas. Então, planeje um piquenique no jardim com os bichos como convidados. Sirva sanduíches e comida de animais. Conte sobre quando você os adquiriu, as coisas que eles aprenderam, e o que você espera que aprendam a fazer no próximo ano. Faça-os mostrarem suas habilidades!

907. DIA 25 DE JULHO

Promova a festa do "einco meses para o Natal". Traga a decoração do Natal para a sala de estar e enfeite o ambiente. Inicie a lista de Natal e deixe cada um fornecer idéias sobre o que *poderia* querer. Coma peru (mesmo cachorro-quente de peru). Prepare uma fornada de biscoitos natalinos, decore-os e sirva. Deseje a todos um "Feliz cinco meses para o Natal!"

AGOSTO

908. DIA DA FAMÍLIA
Junte-se ao movimento para tornar esta data uma comemoração mundial da família. Em alguns países esta festividade ocorre no dia 2 de agosto. Sem cartões, presentes ou comercialização; apenas um elo silencioso de ligação para uma comemoração centralizada na família. Enquantos muitos acham a família uma dádiva, outros são vítimas de famílias rompidas; assim, reúna sua família para que você possa perceber sua bênção e renovar sua apreciação e estima um pelo outro.

909. DIA DOS PAIS N.° 1
Junto com outra família, planeje este dia como uma surpresa total aos pais. Depois da igreja, reúna-se com a outra família e presenteie os papais com camisetas semelhantes. Usando um carro grande ou caminhonete, saia para uma aventura (talvez você queira vendar os olhos dos pais). De acordo com seu propósito, leve consigo equipamento de pesca, de caminhada no campo de futebol. Distribua um almoço de piquenique, divirta-se ao ar livre, e depois saia para uma pizza e um cinema. Antes de cobrir o papai na cama à noite, reúna-se com a família no quarto do casal para uma xícara de chocolate quente e converse sobre o pai e o avô do papai.

910. DIA DOS PAIS N.° 2
No fim de semana anterior a este dia especial, presenteie o papai com um certificado "À Sua Escolha", assinado por todos os membros da família. Este o autoriza a um dia de sua escolha: o que ele quer para o café da manhã, o que deseja fazer, o que poderia usar como presente. Deixe os garotos ajudarem a tornar o dia realidade. Este é um dia satisfatório para pais que não gostam de surpresas.

SETEMBRO

911. DIA DA INDEPENDÊNCIA
Realize a sua própria parada se não houver uma nos arredores. Algumas semanas antes, converse com as pessoas de seu quarteirão ou rua e proponha uma parada às onze horas da manhã, seguida por cachorro-quente caseiro, saladas e sorvetes. Todos podem participar. Decore bicicletas, caminhonetes, cadeiras de rodas, carrinhos de bebê e carros com papel crepom verde, amarelo, azul e branco e bandeiras. Os animais de estimação também podem desfilar, se você enrolar suas coleiras e correntes com fitas e bandeirolas. Deixe a parada ser liderada

pelos garotos que possuem um tambor, uma corneta ou batuta.

912. CESTAS DE PRIMAVERA

Guarde bujões de plástico de meio galão durante o ano, para que você tenha suportes à prova d'água para suas cestas. Corte-os para que fiquem com cerca de quinze centímetros de altura, No dia 20 de setembro encontre um campo onde você e seus filhos sejam bem vindos para colher ervas frescas e flores silvestres. Arranque braçadas e traga-as para casa em baldes com água. Em seguida, recorte tiras de três centímetros de papel milimetrado em pedaços retangulares compridos, largos o suficiente para embrulhar em torno dos bujões e dar um efeito de cesta. Cole no lugar. Então, corte os caules das flores e divida-as entre os vasos cortados. Encha os recipientes com água. Faça alças de papel decorativas para as cestas, e as distribua para amigos e vizinhos em homenagem à Festa da Primavera.

913. DIA DA ÁRVORE

Celebra-se esta data no dia 21. O mês de setembro, início da primavera, constitui uma boa época para plantio; portanto, promova sua própria comemoração plantando uma árvore. Numa enciclopédia, procure os fundadores do Dia da Árvore; vá a um viveiro e veja várias espécies. Você não precisa plantar uma muito grande: espécies anãs também são divertidas. Ensine como cuidar e proteger as árvores, a importância de nunca remover a casca protetora, e como o vento pode afetar o formato de um exemplar em crescimento. Discuta também a proteção segura em árvores trepadeiras. Incentive o plantio de árvores em sua cidade e na escola.

914. DIA DE COSME E DAMIÃO

Telefone para um orfanato ou creche das redondezas e descubra o que poderia fazer de útil: coletar roupas usadas, livros e revistas interessantes para leitura, fazer decoração de bandejas, assar biscoitos. Alguns dias antes, trabalhe no projeto a fim de que esteja pronto para entrega na data ou na véspera. Enquanto a família trabalha em conjunto, converse a respeito desta ocasião, celebrada no dia 27 de setembro em homenagem aos santos irmãos gêmeos que tanto fizeram em favor dos pobres e das crianças.

OUTUBRO

915. DIA DA CRIANÇA

Esta data é comemorada no dia 12 de outubro. Algumas vezes, as famílias se descuidam nos hábitos alimentares, em especial durante o verão. Assim, aproveite esta ocasião para pensar a respeito, e com a família, leia partes do capítulo 9 deste livro, Escolha entre as diversas melhorias que todos podem realizar em nutrição e estado físico. De fato, escreva-as e coloque a lista no quadro de avisos. Veja quão rápido você pode fazer algumas mudanças.

916. DIA DOS AVÓS

Tão importante como o Dia das Mães e o Dia dos Pais é o dia em homenagem aos avós. Chamadas telefônicas, cartões, presentes úteis e comemorações são obrigatórios. Se os avós moram perto, os netos podem fazer um livro de cupons para serviços que eles estão desejosos em realizar: limpar a casa, fazer compras de supermercado, embrulhar presentes, arrumar o jardim. Estes com freqüência são mais bem-vindos que presentes e os netos podem fazê-los com facilidade.

NOVEMBRO

917. DIA DA PROCLAMAÇÃO

No dia 15 de novembro de 1889 o Marechal Deodoro da Fonseca proclamou a República. Usando papel sulfite, faça uma linha do tempo dos anos desde o descobrimento do Brasil até a proclamação da República, marcando as datas históricas importantes deste período. Pendure no quadro de avisos da família. Para que seu filho compreenda como parecia a vida na época da República, faça o jogo do "Você pode?": Você pode imaginar um jogo disputado com pés descalços? Você pode dizer o nome de um livro escrito na época? Você pode citar um brinquedo popular daquele tempo? Você pode adivinhar o que o Marechal teria tido para jantar? Você pode fingir que vive naquela época e ler à luz de velas? Você pode pensar em que usavam para dormir? Numa enciclopédia ou livro de consulta, pesquisem sobre este acontecimento e sua importância para o país.

918. DIA DA BANDEIRA

Se você não possuir, compre uma bandeira. Aprenda a história e tradições do uso da bandeira. Aprenda a história e tradições do uso da bandeira (no Manual dos Escoteiros ou na enciclopédia). Durante o tempo bom, deixe seu filho colocar a bandeira fora de casa a cada manhã e recolhê-la à noite. Verifique se no *shopping* das redondezas ou da cidade eles hasteiam muitas bandeiras em feriados. Caso contrário, dê início à idéia. Converse sobre o

juramento à bandeira, o que significou quando foi escrito, e o que representa hoje.

919. DIA DE AÇÃO DE GRAÇAS
Este famoso feriado norte-americano, que ocorre geralmente no fim de novembro, é realizado para se agradecer a Deus por favores recebidos. Talvez você queira incluir esta data em suas tradições e compartilhá-la com amigos ou familiares. Usando uma caminhonete, passe o final da tarde aproveitando a ocasião favorável no campo ao fundo das estradas ou nas campinas. Retorne para casa para um jogo divertido, como o saco de pancadas. Prepare um saco utilizando dois pacotes de supermercado (um dentro do outro para maior resistência); amarre e pendure numa árvore ou batente largo de uma porta. Encha essa bolsa com doces embrulhados, coloque uma venda nos olhos de cada pessoa e deixe-a alcançar a sacola com uma vara ou um bastão pequeno. Depois de recolher todos os doces, forneça um jantar simples ou sanduíches de peru e frutas.

920. DIA DE ENCERRAMENTO
Mesmo as crianças que simplesmente adoram a escola apreciam uma mudança de ritmo quando as aulas acabam. No último dia de aula, planeje uma comemoração da "Escola Fechada". Dispense os garotos das tarefas domésticas não-essenciais. Se possível, vá buscá-los e também alguns de seus amigos quando as aulas encerrarem. Saiam para um sorvete. Falem sobre as melhores lembranças do ano letivo. (Não converse sobre notas até o dia seguinte.) Providencie um abusivo período de janta; faça chapéus pontudos de burro para todos; sirva alimentos que possam ser comidos com os dedos; exclua a menção de certas

palavras como escola, professor, livro, notas, sala de aula. Invente histórias estranhas ou engraçadas que planeja realizar neste verão. Permita que os garotos fiquem acordados até a hora que desejarem e durmam na manhã seguinte. Quando você *de fato* conversar sobre notas no dia seguinte, lembre-se de ser muito compreensivo com os deveres que a criança executou, e não exagere em relação a uma nota baixa. Haverá tempo suficiente durante o verão para ter uma conversa firme sobre a escola.

DEZEMBRO

(Observe que a atividade anterior também pode situar-se em dezembro, de acordo com o calendário de cada escola. Veja a próxima parte para idéias natalinas que tornarão o mês significativo e divertido.)

921. DIA DO CALENDÁRIO DE VERÃO
Depois de que a escola estiver fechada há alguns dias, elabore um calendário de oito semanas do verão. Coloque os eventos conhecidos: descanso, acampar, visitas, festas, igreja, aulas. Fale sobre outras atividades para realizar e anote-as no calendário nas semanas que tiverem espaço. Assegure-se de que cada semana tenha algo divertido. Pendure o calendário no quadro de avisos para que todos o vejam.

922. HANUKKAH
Para muitas pessoas, o feriado judaico de Hanukkah é o mais importante. Ele também recebe o nome de Festa das Luzes ou Festa da Dedicação. A palavra "Hanukkah", também escrita "Hannuka" ou "Chanuká", significa inauguração. A celebração começa no vigésimo quinto dia do mês hebreu de *Kislev,* dura oito dias e em geral ocorre em dezembro. A data comemora a vitória dos hebreus contra os sírios, cerca de 165 anos antes da época de Cristo. As festividades judaicas eram realizadas no templo de Jerusalém, onde o povo era purificado dos ídolos profanos sírios. Eles puderam achar apenas um frasco pequeno de óleo consagrado para usar em suas lamparinas sagradas, mas milagrosamente as lamparinas queimaram por oito dias. O líder, Judas Macabeu, proclamou o festival que ainda hoje é celebrado. Trocam-se presentes e são feitas contribuições de caridade, porém o mais importante, as velas de menorá (um candelabro cerimonial) são acesas, uma a cada dia até o oitavo dia.

PARTE 4: O MELHOR NATAL

Aqui se apresenta um mês de idéias natalinas para acrescentar a seu calendário de dezembro. Há pelo menos uma para cada dia deste mês atribulado e importante. Escolha as atividades que melhor se adaptam à sua família e incorpore suas próprias tradições. Lembre-se de torná-las uma época de amor e partilha, e não uma produção comercial. Construa memórias através de períodos de convivência familiar.

923. DIA 1.° DE DEZEMBRO
Comece lendo a história do Natal em Lucas 2:1-18 e Mateus 2:1-10. Se você tem um presépio (cenário de manjedoura), deixe as crianças colocarem os personagens nele à medida que são mencionados na história. Selecione uma "vela de Natal" grande para acender a cada noite deste mês. Talvez você queira ler apenas *parte* da história do Natal a cada domingo, adicionando a

seu presépio os personagens pertinentes, começando com Maria e José indo a Jerusalém, depois os pastores, animais e anjos, o menino Jesus e finalmente, os três Reis Magos.

924. DIA 2 DE DEZEMBRO

Chame uma assistente social de uma instituição filantrópica, sua igreja ou outro grupo de serviço e descubra como você pode adotar uma família necessitada no Natal fornecendo roupas, brinquedos, alimentos enlatados, e talvez uma árvore pequena. Explique o projeto durante o jantar, e o que isso envolveria, e pergunte à sua família se gostaria de participar. Fale sobre como cada criança poderia contribuir com roupas e brinquedos. Pergunte-lhes também se gostariam de dividir uma pequena quantia de suas economias ou mesadas para comprar novos brinquedos. Chame este projeto de "A Família do Natal".

925. DIA 3 DE DEZEMBRO

Depois das aulas, deixe as crianças prepararem um bolo especial de café da manhã natalina. Coloque uma única noz-pecã no bolo. (A pessoa que tirar a noz na manhã de Natal pode ser a primeira a dar seus presentes.) Embrulhe e congele o bolo. Eis aqui a receita:

2 xícaras de farinha de trigo
2 colheres (de chá) de fermento em pó
1/2 colher (de chá) de sal
2 colheres (de sopa) de manteiga ou margarina derretida
1 ovo
2/3 de xícara de leite
1 lata de figos ou pêssegos, sem a calda

Cobertura: 2 colheres de sopa de açúcar misturadas com 1 colher (de chá) de canela e 4 colheres (de sopa) de manteiga ou margarina derretida.

Peneire os três primeiros ingredientes em uma tigela. Adicione os próximos três itens e mexa com uma colher grande até que fiquem bem misturados. Resultará uma massa macia. Com uma colher, espalhe em duas assadeiras redondas de 20 ou 22 cm, ou em uma retangular de 20 cm por 30 cm. Arrume a fruta por cima, empurrando para dentro da massa. Acrescente a cobertura. Não se esqueça de esconder uma noz na massa. Leve ao forno a 190 graus por uma hora e meia.

926. DIA 4 DE DEZEMBRO

Faça ornamentos com carretéis de linha de madeira ou plástico,

brincos antigos e outras bijuterias fora de uso, papel brilhante, fitas, espuma de plástico com figuras, brilhos e tinta spray. (Se você não possui este material à disposição, visite uma loja de armarinhos para obter idéias Escolha um enfeite para dar a um vizinho ou convalescente; deixe os outros serem a peça central na mesa de jantar até o dia de enfeitar a árvore.

927. DIA 5 DE DEZEMBRO
Visite uma biblioteca e procure livros sobre o Natal. Pegue alguns, emprestado (ou compre numa livraria, pois será útil por muitos anos), incluindo um para 1er em voz alta no jantar. Escolha *Um Conto de Natal,* de Charles Dickens, se os garotos ainda não o conhecem. Comece a 1er umas poucas páginas a cada noite.

928. DIA 6 DE DEZEMBRO
Leve uma criança para compras natalinas hoje (ou à noite, quando as luzes e decorações ficam muito mais atraentes). Especialize-se em achar presentes que devem ser enviados pelo correio. Embrulhe-os e escreva mensagens para amigos e parentes distantes.

929. DIA 7 DE DEZEMBRO
Seja um Anjo de Natal! Coloque o nome de todas as pessoas da família em uma tigela na mesa de jantar. Cada um retira um nome e depois faz uma boa ação em segredo para aquela pessoa a partir de então até a véspera do Natal. Não conte qual nome você tirou! Quem pode adivinhar seu anjo? Verifique também no jornal todas as atividades especiais para o Natal. Juntos escolham um concerto ou um evento especial que a família apreciaria e marque no calendário.

930. DIA 8 DE DEZEMBRO
É o dia da árvore de Natal! Primeiro, telefone a um vizinho ou parente e veja se você pode ajudá-lo com as compras, uma refeição, embrulhar pacotes ou postar a correspondência, ou mesmo conseguir uma árvore. Saia com a família para auxiliar este amigo e vá a um local de venda de árvores. Deixe cada um achar "a melhor árvore". Escolha uma por votação, leve-a para casa e deixe-a de pé em lugar frio numa tina com água.

931. DIA 9 DE DEZEMBRO
Crie papel de embrulho natalino para presentes especiais. Use papel branco liso, como papel de embrulho, e tinta de cartaz. Para fazer desenhos, mergulhe ferramentas de cozinha laváveis como um espremedor de tomates, batedor de ovos ou garfo) na tinta e "estampe" sobre o papel. Como música de fundo para o jantar, comece tocando discos natalinos. Veja quem consegue

primeiro identificar a canção.

932. DIA 10 DE DEZEMBRO

Prepare bolinhos natalinos com a colaboração de toda a família. Torne cada pessoa especialista num tipo. Mostre às crianças menores como enrolar a massa, cortar e decorar. Tente esta receita mostrada abaixo, garantida para agradar fanáticos por chocolate. Guarde e congele a maioria dos bolinhos, mas distribua e coma alguns na ocasião. Examine o guia de programação da TV e deixe cada pessoa escolher um especial de Natal. Aproveite os doces enquanto assiste um dos programas com a família.

BOLINHOS DE CHOCOLATES ACIDENTADOS

1 pacote de massa para bolo de chocolate
2/3 de xícara de leite em pó
1/2 xícara de manteiga ou margarina derretida
1/2 xícara de nozes picadas (opcional)
1 pacote de caramelos (cerca de 50), desembrulhados
450 g de chocolate granulado em pacote

Usando uma batedeira, junte a massa para bolo com apenas 1/3 de xícara de leite, a manteiga e as nozes para formar uma massa seca. Bata apenas *metade* desta mistura e ponha numa assadeira untada de 20 cm por 30 cm, espalhando sobre o fundo inteiro da fôrma. Asse por 6 minutos a 175 graus. Deixe de lado para esfriar.
Derreta os caramelos em 1/3 de xícara de leite em pó em fogo baixo, ou derreta-os no forno de microondas. Mexa vigorosamente com uma colher para combinar o leite com os caramelos derretidos. Espalhe sobre a camada de bolo.
Polvilhe o chocolate sobre a mistura. Esfarele a massa de bolo restante por cima e pressione suavemente para baixo.
Asse por 20 minutos a 175 graus. (Parecerá levemente cru no centro.) Deixe esfriar; coloque na geladeira por uma hora para que se firme. Depois, corte em quadrados e congele ou mantenha-o escondido num recipiente fechado em local frio.

933. DIA 11 DE DEZEMBRO

Todos colaboram para enviar os cartões de Natal. Os garotos podem fazer seus próprios com papel colorido, papel de embrulho, adesivos, estrelas e lápis de cera ou hidrográfica, e mais uma mensagem pessoal ou uma gravura. Estes cartões especiais podem se destinar a parentes, amigos e professores. Os pais e as crianças maiores podem escrever mensagens nos cartões da família. Depois, todos lacram e selam as cartas. Se

houver uma caixa de correio nas proximidades, envie-as esta noite. Você não se sente bem quando realiza isto?!

934. DIA 12 DE DEZEMBRO

Após o jantar, reúna toda a família no carro e saia para um passeio pelas redondezas. Conte as árvores de Natal nos jardins ou entrada de prédios. Olhe as decorações dos exteriores. Pratique cânticos familiares no automóvel. Depois, pare na casa de amigos ou parentes e finja ser cantor à moda antiga, entoando uma música em suas portas. (Se quiser, avise que está chegando). Talvez eles sirvam um lanche! Se a árvore e as decorações estiverem montadas, tire algumas idéias para sua própria residência.

935. DIA 13 DE DEZEMBRO

Termine de vez as compras de Natal com o auxílio de toda a família. Se precisar adquirir um presente para uma criança, outro pai ou um garoto maior pode fazer outra compra com esta criança. Deixe os pequenos (que não são grandes o suficiente para comprarem sozinhos) ajudarem na escolha dos presentes para os outros. "Venda-lhes" estes presentes a um preço com um desconto enorme, tão baixo como umas poucas moedas para os mais novos. Não esqueça os itens para a Família do Natal (dia 2 de dezembro). Comemore com uma refeição numa lanchonete e deixe todos compartilharem lembranças de Natais passados.

936. DIA 14 DE DEZEMBRO

Todos colaboram para desembrulhar os enfeites da árvore de Natal. Uma criança verifica se as luzes para a árvore estão funcionando bem. Cada um ajuda a decorar a árvore: colocando ganchos nos ornamentos, acrescentando pingentes, guirlandas ou neve artificial com flocos de algodão. Lembre-se de servir frutas natalinas e suco, e ter música natalina tocando, Talvez deseje ter à disposição um novo enfeite a cada ano para que

cada criança desembrulhe e pendure. Compre- os no ano anterior, depois das liquidações de Natal.

937. DIA 15 DE DEZEMBRO

Deixe a casa bonita! Peça para os garotos decorarem seus próprios quartos usando ornamentos extras da família, fitas e folhagem recém-cortada. Se desejarem, deixe-os pendurarem suas próprias meias vazias de Natal na porta do quarto. A mesa de jantar, a porta de entrada e a parte sobre a TV, tudo merece um toque festivo. Fale com a família sobre a compra de um novo enfeite a cada ano. O que poderia ser? Onde poderia ficar? Se tiver tempo, vá e compre-o na mesma noite.

938. DIA 16 DE DEZEMBRO
Permita que este dia seja tranqüilo. Converse sobre o significado do Natal, a chegada do menino Jesus e sua mensagem de amor, À noite, saia em seu quintal ou em um parque e olhe as estrelas. Fale sobre a Estrela de Belém.

939. DIA 17 DE DEZEMBRO
Neste dia a família embrulha todos os presentes. Deixe claro que qualquer um apanhado espionando os pacotes perderá um presente. Aproveite o período da atividade e deixe um cônjuge ou um garoto mais velho ler para você. Lembre-se de providenciar itens pequenos para colocar nas meias (papel de agradecimento, doces, um brinquedo barato, cosméticos, uma caneta nova, uma ferramenta). Não esconda os pacotes a menos que absolutamente necessário. Disponha-os onde todos possam apreciá-los olhando para eles.

940. DIA 18 DE DEZEMBRO
Aproveite o dia para compartilhar a beleza de seu lar. Permita que cada criança convide um amigo para um jantar simples de carne ao forno e salada. (Os pais também podem convidar amigos). Proponha aos garotos que criem jogos de mesa americanos com papel milimetrado ou papel de forração, usando lápis de cera ou canetas hidrográficas para os desenhos natalinos. Como sobremesa sirva sorvete com biscoitos de Natal preparados no início do mês. Mostre aos convidados a árvore e os ambientes decorados. Tire boas idéias novas perguntando aos amigos sobre suas tradições. Organize uma caçada às balas de açúcar para terminar a noite. Os convidados podem levar seus jogos americanos para casa.

941. DIA 19 DE DEZEMBRO
É uma noite de nostalgia. Traga livros de recortes antigos, álbuns de fotografia, *slides* e filmes. Se os avós moram perto, convide-os para apreciar esta retrospectiva. Fale sobre o Natal de quando você era criança. Enquanto conversa, reúna os itens para a Família do Natal (dia 2 de dezembro). Todos ajudam a empacotar os alimentos, as roupas, os brinquedos novos e usados. Embrulhe todos os brinquedos como presentes. Lembre-se de marcar os objetos, por exemplo, "brinquedo para pré-escolar", "malha tamanho *44"*.

942. DIA 20 DE DEZEMBRO
Este é o dia para fazer suas entregas. Todos colaboram para carregar o carro com os objetos para a Família do Natal (dia 2 de dezembro), biscoitos e pacotes para distribuir à família e amigos. Não se esqueça de pequenas lembranças para o carteiro e outros serviçais.

943. DIA 21 DE DEZEMBRO
No jantar, elabore uma lista de todos os parentes, cidadãos idosos e amigos que apreciariam um telefonema natalino. Deixe cada garoto pensar em uma ou duas coisas que poderia compartilhar ao telefone. Depois, faça as chamadas durante horários de tarifas reduzidas. Guarde a lista para o ano seguinte.

944. DIA 22 DE DEZEMBRO
Sempre há um filme natalino especial passando no cinema, ou então, para os que possuem um videocassete, existem ótimos filmes clássicos de Natal para alugar. Depois, prepare *sundaes.*

945. DIA 23 DE DEZEMBRO
As crianças ajudam a preparar o bolo de Natal. Use sua própria receita ou mistura para bolo branco. Divida a massa pela metade e adicione corante de alimentos verde em uma parte, e vermelha na outra. Asse e, quando estiver frio, cubra com glacê branco. Decore com doces natalinos ou grânulos coloridos. Se possível, pense em algo para cozinhar no dia seguinte.

946. DIA 24 DE DEZEMBRO
Planeje antes para fazer deste o maior dia de culinária (para que o dia de Natal fique livre). Se quiser entreter os parentes, convide-os para a véspera de Natal. Divida o trabalho, deixando as crianças arrumarem a mesa e colocarem os utensílios para servir, as travessas, a faca de trinchar, e assim por diante, preparem a salada e os vegetais. Fale sobre os anjos de Natal (dia 7 de dezembro) e veja quem recebeu uma boa ação praticada por alguém. Lembre-se de descongelar o bolo do café da manhã natalino (dia 3 de dezembro). Vá assistir um serviço religioso de véspera de Natal. Antes da hora de dormir, esconda pijamas novos para cada pessoa da família em suas camas. Deixe os garotos irem de pijama pendurar suas meias — mesmo os que não acreditam em Papai Noel.

947. DIA 25 DE DEZEMBRO
Reserve esta manhã para um período amplo para abrir os presentes pequenos nas meias de Natal. Depois, sirva o bolo do café da manhã natalino (dia 3 de dezembro) com uma variedade de sucos. A pessoa que encontrar a noz deve ser a primeira a entregar seus presentes. Realce a parte de "entrega" deste dia. Saboreie os presentes e agradeça o doador; deixe todos olharem cada presente ser aberto. Começar isto quando as crianças são pequenas contribui para uma manhã mais feliz de abertura de presentes — e não um acontecimento que acaba rapidamente com a criança sem saber quem lhe deu o deu o quê. Para uma

pausa, à tarde dê uma volta pelo quarteirão ou tire uma pequena soneca. Guarde uma lembrança para cada pessoa da família — algo pequeno como um livro, que possa ser escondido debaixo do travesseiro para adoçar o fim deste dia especial.

948. DIA 26 DE DEZEMBRO

Permita que os garotos convidem amigos para virem e trazerem seus brinquedos favoritos. Uma vez que eles estão em férias, deixe-os dormirem próximos (ou mesmo embaixo) da árvore de Natal em sacos de dormir.

949. DIA 27 DE DEZEMBRO

É tempo de escrever cartas de agradecimento. Faça disso uma diversão pedindo para que todos tragam à sala papel de carta e materiais. Brinque de "acrobacia" enquanto escreve. Quando alguém termina uma carta, está autorizado a pedir a qualquer outra pessoa para fazer uma acrobacia: salto mortal, ficar de ponta-cabeça, dez saltos, vinte pulos como macaco. As crianças pequenas podem desenhar gravuras de agradecimento, as quais um pai ou um garoto mais velho podem colocar seus nomes para eles. Os alfabetizados podem escrever uma frase para cada ano de suas idades, atingindo um máximo de quinze linhas. Não corrija a ortografia; o que vale é a intenção.

950. DIA 28 DE DEZEMBRO

Vá com a família às liquidações de fim de ano dos *shoppings.* Veja se consegue encontrar pechinchas em embrulhos, enfeites ou até mesmo o primeiro presente para o próximo Natal. No carro converse sobre todas as atividades natalinas. Ouça para analisar o que foi bom e o que pode ser suprimido no ano seguinte.

951. DIA 29 DE DEZEMBRO

Forme um livro de recortes de todas atividades que têm acontecido neste ano. Através do ano, mantenha uma caixa onde

poderá empilhar o trabalho escolar das crianças, marcador de pontos de esportes, programas, cartões de aniversário, lembretes de viagens, seu cartão de Natal, fotografias — tudo que descreva os eventos do ano. Deixe seus filhos ajudarem a colar os itens no livro de recortes. Depois, com uma caneta hidrográfica, escreva pequenas notas explicativas. Os garotos também podem redigir comentários. Reserve a última página para as assinaturas daqueles que colaboraram para montar o livro. Olhem juntos para o "ano que passou" e conversem sobre todas as coisas que vocês fizeram.

952. DIA 30 DE DEZEMBRO
É o dia do "Agradecimento aos Pais". Deixe seus filhos assumirem a direção da casa por um dia, designando tarefas, tomando a maioria das decisões, preparando o "Jantar de Enlatados", e terminando o dia com atividades de sua escolha.

O JANTAR DE ENLATADOS

1 lata de frango em conserva
1 lata de aspargos, escoada
1 lata de ervilhas verdes, escoada
1 lata de milho, escoada
1 tablete de caldo de galinha
1 lata de creme de leite
1 pacote (500 g) de macarrão tipo talharim

Este jantar é fácil de preparar usando uma panela grande. Junte os quatro primeiros ingredientes na panela. Mexa a mistura em fogo brando, adicione o tablete e depois o creme de leite aos poucos. Continue misturando sobre o fogo mas não deixe ferver. Quando pronto para servir, tire do fogo e acrescente o talharim já cozido. Mexa e sirva com uma salada.

953. DIA 31 DE DEZEMBRO
Deixe cada garoto escolher brinquedos que possam ser colocados em cima de uma prateleira agora e retirados em fevereiro, quando eles parecerão novos brinquedos. Faça uma festa segura de véspera de ano novo no estilo familiar — talvez um jantar aprimorado com outras famílias. Planeje charadas para duas gerações que todos possam participar. Arranje matracas e decorações. Usando papel de forrar estante, faça uma faixa grande para receber o ano novo.

PARTE 5: CRIE SEU PRÓPRIO FERIADO

954. **DIA FELIZ**
Quando a criança sofrer algum desapontamento grande, converse com ela sobre isso, e depois planeje este dia ou o dia seguinte como um "dia feliz" — seu próprio feriado particular. Juntos, façam-no simples ou elaborado. Deixe seu filho escolher algo especial para fazer, libere-o de algumas de suas tarefas, sirva bolo com velas no jantar, e permita que fique acordado por trinta minutos mais tarde à noite. Não lote o calendário com comemorações de "dia feliz", mas quando uma é necessária, a data fornece um caloroso sentimento familiar.

955. **DIAS DE ABC**

Às vezes, as férias de verão parecem longas. No início é divertido, e uma viagem sempre agrada, mas com freqüência há um mês vazio. Este constitui o período ideal para você começar vinte e três dias consecutivos de diversão chamados os "dias de ABC." Esta idéia pode ser adaptada à idade de seus filhos. Para crianças mais novas, aprender o som da letra também faz parte do dia (letras orais e nasais, vogais abertas ou fechadas, consoantes surdas ou sonoras, etc.). Porém, o mais divertido surge com a criatividade de tornar a letra parte das atividades do dia. Por exemplo, no dia do "Aa", asse uma torta de amoras, saia para uma aventura, visite um amigo, e coma uma alcachofra. No dia do *"Bb",* beba uma vitamina de banana e tente boiar na banheira *e* fazer bolhas de sabão. As letras Q, *X,* e Z são dias excitantes. Talvez você precise olhar no dicionário para encontrar idéias, mas você pode beber um guarto de copo de leite no quintal, tocar um xilofone e aprender sobre Aerografia, e plantar zínias quando o sol estiver em seu zénite. Depois de tudo, o céu é o limite com esta idéia!

956. **DIA DAS BRUXAS**

Esta data, muito popular nos Estados Unidos, é celebrada em outubro, mas você poderá realizá-la a qualquer época do ano quando quiser um feriado emocionante. Deixe os garotos elaborarem convites representando fantasmas e duendes. Peça para que venham fantasiados. Arranje uma iluminação de velas para a casa. Forme um círculo em torno de uma vela e comece uma história aterrorizante, fazendo com que cada convidado acrescente uma parte. Na história, cada criança também pode fazer um efeito sonoro (grito, miado, gemido, vento, passos, suspiro, risada sinistra; deixe-os emitirem seus sons sempre que desejarem). Quando a história se aproximar do final, sopre a vela e termine a narração no escuro. Providencie uma poncheira como um caldeirão de feiticeira. (Faça-a fumegar colocando gelo seco dentro dela e depois jogando suco por cima.) Prepare biscoitos em formato de gatos e bruxas. Jogue "A vassoura da bruxa". Coloque uma venda nos olhos de um convidado, faça com que fique de pé sobre as cerdas do fim da vassoura e depois ande pelo comprimento da vassoura. Vencem aqueles que conseguirem fazê-lo sem cair. Pregue peças *dentro* de casa. Acomode os outros amigos e pais em cada cômodo da residência. Com a casa no escuro, monte duplas de garotos que carregam uma lanterna e andam de um ambiente para outro, batendo na porta fechada como se fosse a porta de uma casa. Planeje algumas surpresas nos cômodos. Jogue "Pregue o rabo no gato preto". Termine a festa com uma atividade positiva, para que as crianças saibam que o Dia das Bruxas é diversão e não

para ser levado a sério. Como um bom último evento, brinque de tentar pegar com a boca maçãs penduradas.

957. **DIA DO PORQUE SIM**
Envolva as crianças para trabalharem com você no preparo de uma festa surpresa para alguém fora da família. Deixe o homenageado pensar que está apenas chegando para uma visita ou jantar. Convide alguns de seus amigos como uma surpresa.
Prepare um bolo com seu nome em cima. Tire fotos da festa. Dê-lhe um cartão ou um presente pequeno, como um álbum de fotografias, para mostrar o quanto você o aprecia. Realize esta reunião para um professor, um padre ou ministro de igreja, um vizinho, um senhor idoso, um adolescente ou uma criança pequena. Todos gostam de ser homenageados!

958. **O QUINTO DOMINGO**
Quatro vezes por ano, um mês contém um quinto domingo, e esta pode ser uma boa ocasião para fazer algo em conjunto. Anote os quintos domingos em seu calendário e torne-os muito especiais. Ao lado de aniversários e do Natal, o quinto domingo pode se transformar numa tradição. Todos devem contribuir com idéias sobre quais atividades especiais ocorrerão. Começando o dia pela igreja, saia para novas aventuras. Algumas possibilidades são: escalar uma montanha pequena, pintar a casa de uma pessoa necessitada, sair para um passeio de barco, e assistir dois filmes, mas com um lanche entre eles.

959. **ADOTE UM FERIADO**
Escolha um feriado de outro país e leia sobre ele. Encontre alguém desta nacionalidade e convide-o para a festa. Talvez você queira comemorar um diferente a cada ano. Selecione entre estes: *Cinco de Mayo* (Cinco de maio no México), Dia de Santo André (30 de novembro na Escócia), Dia da Bastilha (14 de julho na França), Dia da Comunidade (segundo sábado de junho na Inglaterra, em homenagem à monarquia), Dia da Libertação (25 de abril na Itália), Dia da Constituição (3 de maio no Japão). Você também pode celebrar estas semanas

especiais: Semana Nacional dos Pássaros, Carnaval, Semana do Picles.

DOZE

AMOR EM AÇÃO

Eis aqui o maior presente para uma criança: amor — aprender a amar os outros e se sentir muito amada. Revela-se especialmente importante que os pais conversem a respeito e demonstrem amor também. Em troca, você descobrirá que seus filhos podem estar interessados! Aqui se apresenta a definição de um jovem da terceira série sobre um pai amoroso: "Amor é o que recebo em casa no dia em que uso uma camisa vermelha berrante para ir à escola, perco o ônibus e tenho que andar, fico com soluço durante minha narração do livro, alguém rouba o recheio gostoso do meu lanche, e depois, no caminho de casa, eu piso em algo. Assim mesmo, mamãe me dá um abraço apertado!"

Parte 1: Toques de amor
Parte 2: Vocabulário do amor
Parte 3: Atos de amor
Parte 4: Amor entre crianças
Parte 5: Amor além dos vínculos familiares
Parte 6: Lembranças de amor no fim do dia
Parte 7: A última palavra

"O amor não consiste em encarar um ao outro, mas olharem juntos para o mundo exterior na mesma direção."
Antoine de Saint Exupéry

PARTE 1: TOQUES DE AMOR

Comece desde cedo a segurar, abraçar e tocar a criança. Não tenha medo de demonstrar seu amor. Deixe que isso aconteça naturalmente, e continue com os toques de carinho à medida que seu filho cresce.

960. TOQUES DIÁRIOS

Crie ocasiões para segurar e tocar as crianças de maneira

carinhosa e adequada. Caminhe de mãos dadas, dê abraços ou amigáveis tapinhas nas costas de bom dia ou até logo, carregue a criança sobre os ombros, faça-a sentar em seu colo quando contar histórias ou ao pentear seu cabelo, ou sente-se ombro a ombro num círculo familiar.

961. APERTO MATINAL

Durante o café da manhã, dêem as mãos em torno da mesa. Iniciando com um dos pais, envie a mensagem "Eu amo você" à volta da mesa apertando a próxima mão três vezes. Então, aperte quatro vezes para "Tenha um bom dia!" Depois, vá em frente!

962. O CÍRCULO DO AMOR

A primeira atitude de manhã, última à noite, no escuro quando estiver acampado, antes de alguém partir em viagem — qualquer período em conjunto pode ser uma ocasião para um círculo do amor. Fique em pé num círculo fechado. Colocando suas mãos atrás de ambas as pessoas ao seu lado, segure as mãos da pessoa seguinte. Isto mantém o grupo unido. Mova-se para o centro, volte para trás, fique nas pontas dos pés, sente-se no chão, mas não desfaça o círculo.

963. ABRAÇO TRIPLO

Os pais podem fazer uma "concha" em volta de uma criança pequena num abraço de três pessoas. Veja se vocês podem colocar todos os narizes juntos! Beijos por todos os lados!

964. ABRAÇO RESPEITOSO

Ensine isto quando as crianças forem pequenas. Esta é uma boa maneira de se abraçar pessoas como tias, irmãos e senhoras na igreja. 1) Encare a pessoa e sorria. 2) Segure em seus braços pela parte superior (deste modo você pode controlar a proximidade). 3) A fim de evitar o encontro de narizes, vá para a direita da face da outra pessoa. 4) Roce as bochechas ou dê um beijo leve. É amigável, salutar, e fácil de realizar, e talvez você faça seu filho pré-adolescente abraçar a tia Roseli se ele já esteve praticando durante toda sua vida!

965. SANDUÍCHE ALOHA

Experimente este modo havaiano de apertar as mãos. Cada pessoa coloca sua mão em cima de outra, formando uma grande pilha de mãos se tocando, e eventualmente usando ambas as mãos de cada participante. Isto os atrairá para uma proximidade. Algumas famílias se cumprimentam desta maneira uma vez por dia, após o café da manhã ou jantar.

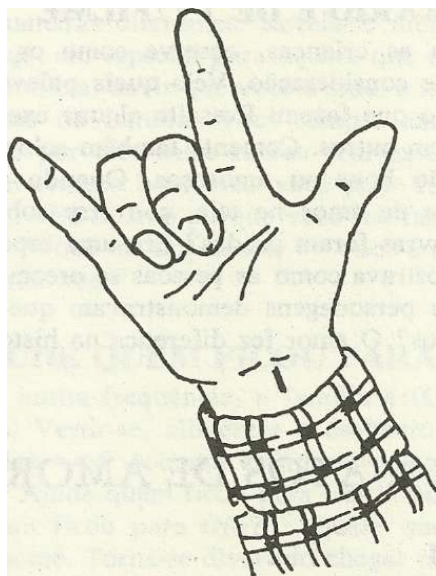
PARTE 2: VOCABULÁRIO DO AMOR

966. LETA

Esta representa uma acrossemia para "Lembre-se: Eu Te Amo". Escreva isto em bilhetes e cartas, diga ao telefone ou quando os garotos saírem para a escola ou para brincar. Incentive-os a usarem a sigla sempre que não se sentirem à vontade para empregar as palavras verdadeiras. Faça-os verificarem se os amigos e parentes conhecem o significado secreto de "LETA".

967. "SINAL DO AMOR"

Mostre às crianças o sinal manual internacional de "Eu te amo" (veja a ilustração na página de abertura deste capítulo).

Deixe-as "sinalizar" amor quando forem à escola ou voltarem para casa depois da diversão.

968. DESARMAMENTO

Com o auxílio das crianças, monte uma lista de "palavras de briga" e pregue-a no quadro de avisos da família. Estas constituem palavras que iniciam brigas ou são prejudiciais. As listas de família podem ser diferentes, mas aqui estão alguns itens comuns: "Eu te odeio." "Você fede." "Nunca mais vou brincar com você." "Você é um bebê." Veja se as crianças conseguem passar um dia inteiro sem utilizar estas palavras. Depois, tente por dois dias, e assim por diante. Logo as frases deixarão de ser usadas.

969. PALAVRAS DE AMOR

Ajude seu filho a empregar palavras de amor dando um exemplo. Diga algumas frases como: "Eu adoro ser ajudada." "Gosto do que você está fazendo." "Amo ser amado por você."

"Você é tão precioso para mim." "Amo você o tempo todo." "Eu me importo muito com você." "Adoraria estar com você hoje." Transforme o amor em uma palavra comum; assim, as crianças não se sentirão surpresas quando você pronunciá-la. Algumas vezes, também, você precisa dizer: "Amo você demais para deixá-lo fazer isso."

970. AMOR LITERÁRIO E DE TV/FILME

Quando ler com as crianças, observe como os personagens expressam amor e consideração. Veja quais palavras os personagens usam ou o que fazem. Ressalte alguns exemplos, deixe os garotos acharem outros. Comente também sobre os personagens que não são bons ou amorosos. Quando uma criança assistir uma cena de amor na tela, converse sobre isso mais tarde. Quais palavras foram usadas? Era uma espécie de amor agradável que mostrava como as pessoas se preocupam com as outras? Como os personagens demonstravam que se importavam com os outros? O amor fez diferença na história?

PARTE 3: ATOS DE AMOR

971. PORQUE SIM

Não é necessário um feriado para dar um pequeno presente. Sem nenhuma ocasião especial, coloque rapidamente um pequeno item sob o travesseiro da criança. Não precisa ser caro; às vezes trata-se apenas de um brinde que veio junto com a correspondência. Os pais podem encontrar itens "Porque sim" sob seus travesseiros, também.

972. FLOCOS QUENTES

Este é o nome popular para bilhetes de amor e encorajamento dos pais para os filhos. Os flocos quentes podem ser extensos como um soneto ou uma carta, ou curtos como as frases "Eu te amo, Laura" e "Tudo ficará melhor amanhã." Deixe um dentro de uma gaveta, sobre um espelho, ou embaixo do travesseiro. Você verá que as crianças apreciarão muito estas mensagens particulares de amor.

973. DIFERENTE, PORÉM IGUAL

Quando existem várias crianças na família, às vezes uma parece ser boa e outra ruim. Uma criança pode trazer para casa muitas estrelas ou prêmios da escola. Outra pode ser a estrela de um time de futebol e ter diversos amigos. Outra pode ainda não ter encontrado sua área de revelação. Mas um pai deve amar cada filho igualmente, mesmo que isto seja demonstrado de maneiras diferentes. Revela-se muito importante para uma criança, em especial para aquela que não recebe muita aprovação pública,

ouvir que você a ama, e isso dito diante das outras pessoas da família. Você sempre amará seus filhos, mas os amará por diferentes razões. Talvez seja mais fácil amar um jovem sempre bom, mas você pode falar a um garoto contestador: "Eu te amo porque você me faz dar o máximo como um pai." "Você me faz crescer." "Você é um grande sujeito — não esconda isso."

974. "AJUDE QUEM FICOU PARA TRÁS"

Com muita freqüência, a família está correndo para sair pela porta. Vestir-se, alimentar o cachorro, reunir itens para levar consigo — é violento. Ensine às pessoas da família a exclamarem "Ajude quem ficou para trás." Quando cada um responder "Quem ficou para trás?", aquele que precisa de ajuda grita seu nome. Torna-se divertido chegar para o resgate!

975. AMIGO SECRETO

Explique à família a importância de se realizar atitudes boas sem levar crédito por elas. Os pais iniciam o hábito e logo os garotos seguirão. Atos do amigo secreto incluem pôr um bilhete ou cartão de apoio dentro de uma lancheira escolar, fazer a cama de outra pessoa, colocar uma flor na mesa, levar o lixo para fora sem terem pedido, e esconder uma barra de chocolate dentro de uma pasta executiva. Talvez você queira trocar os nomes anonimamente e ver quem consegue praticar um ato bom para outra pessoa sem ser descoberto.

PARTE 4: AMOR ENTRE CRIANÇAS

976. BEBÊ CHORÃO

Comece desde cedo encorajando as crianças novas a expressarem amor e consideração. Quando o bebê estiver chorando, peça para um garoto mais velho confortar o nenê, segurá-lo e entretê-lo; por exemplo: "Fernando, gostaria de agradar um pouco o bebê?" À medida que a criança cresce, continue esta idéia de fornecer apoio afetivo a um irmão ou irmã. Dê reconhecimento especial quando isto acontece. Aprender a ser uma pessoa atenciosa constitui uma grande lição.

977. CÃES DE GUARDA

Incentive os garotos a se interessarem pelas atividades de seus irmãos menores — a se tornarem "cães de guarda" sensíveis.

Quando eles encontram uma maneira de ajudar, ou quando você sugere algo e eles seguem sem queixas, elogie bastante. Por exemplo, você pode dizer: "Marcelo tem um grande teste

amanhã. Porque você não verifica se ele gostaria que você alimentasse o cachorro e colocasse a mesa para ele? Tenho certeza de que chegará um momento em que você precisará de ajuda extra". Ou então, uma criança poderia ver o jornal de domingo espalhado pelo chão e recolhê-lo sem que lhe pedissem. Este é o verdadeiro "cão de guarda!" Ter atitudes amorosas e úteis deveria ser natural, sem precisar de um quadro ou lembrete ou uma recompensa.

978. "EU ADORARIA"

Popularize esta frase com a família empregando-a. Comece encorajando isso enquanto as crianças brincam juntas. Diga-lhes para que contem a você quando elas usaram. Ser agradável também representa um sinal de interesse. Utilize a frase você mesmo quando lhe pedirem para fazer algo. Outra boa frase é: "Sem problema." Quando solicitado para algo, um "Sem problema" tranqüiliza e dissipa a tarefa. Os pais podem mostrar a maneira de usar estas frases.

979. MUDE O AMBIENTE

Algumas vezes o conflito surge quando os irmãos ficam aborrecidos. Você pode fazer com que as crianças voltem a ter um relacionamento mais amoroso através da mudança do ambiente. Isto pode consistir em levar o mesmo jogo ou brinquedo para outra sala, desligar a televisão e ligar o aparelho de som, ou introduzir algum elemento novo para brincar. Quando um genitor não responde aos argumentos do garoto com gritos, mas fala com gentileza, suavidade e calma, a situação muda com maior facilidade. Use a frase "Eu amo vocês dois demais para deixar que façam isso."

980. PARTILHA E CONSIDERAÇÃO

Crie oportunidades para compartilhar. Deixe as crianças cortarem um bolinho ao meio. Mostre como usar o cronômetro de um relógio de pulso a fim de que todos possam usufruir o brinquedo favorito. Monte uma pequena tabela e empregue estrelas de cores diferentes para habilidades: vermelho para realizar tarefas domésticas, verde para ler um livro, prateado para uma comida nutritiva, e uma enorme estrela dourada para repartir e ter consideração, como prova de amor.

981. PEDIR ATENÇÃO

Algumas vezes, o que parece uma atitude não afetuosa é uma súplica de atenção. Ensine as crianças a *pedirem* atenção quando precisarem e, como resposta, assegure-se de dar 100 por cento

de atenção. Isto ajuda a reconhecer uma criança mais como um indivíduo do que apenas como parte do grupo chamado "os garotos". Quando você encara uma criança como interessada,

competente e bem-sucedida, trate-a deste modo e ela corresponderá. Em seu tempo diário não comprometido de um garoto, certifique-se de que a maior parte deste período seja gasta fazendo coisas que ele deseja. Prestar atenção a uma criança como um indivíduo fornece grandes dividendos nos relacionamentos tanto entre as crianças como entre os pais e filhos.

PARTE 5:
AMOR ALÉM DOS VÍNCULOS FAMILIARES

982. FABRICANTE DE BISCOITO

Quando um amigo não está se sentindo bem, ou quando existem recém-chegados ou cidadãos idosos na vizinhança, deixe que seu filho ajude a preparar biscoitos e depois entregá-los. Ou então, quando há um novo estudante na escola, leve biscoitos e vá visitar aquela família. Os pais podem conversar e os garotos servirem os biscoitos; isto quebra o gelo na conversação e facilita para uma criança demonstrar que se importa.

983. ADOTAR UMA CRIANÇA

Interessar-se por um bebê pode ser divertido e educacional, e "adotar" um por umas poucas horas permite que o outro pai tenha algum tempo livre. Assegure-se de que os membros de sua família entendem as necessidades do nenê. É uma maneira maravilhosa de mostrar ao outro pai ocupado que você se importa. Claro, você estará no local, mas deixe que seu próprio filho ajude o quanto for capaz. Os dois se divertirão com esta atividade.

984. ESTOJO SINTA-SE BEM

Ajude a criança a reunir um "estojo sinta-se bem" para um parente ou amigo. Dependendo da idade e sexo do beneficiário, coloque dentro alguns destes itens: um livro, cartões, um guia de televisão, uma caneta e um lápis, papéis de carta para escrever notas de agradecimento a flores e presentes, uma colônia, uma barra de doce, um pequeno caminhão ou brinquedo que possa ser usado na cama, um pequeno espelho, uma revista de esportes, uma revista de palavras cruzadas, outros pequenos jogos de armar, uma lixa de unha, uma fita cassete com música ou palavras. Deixe a criança escolher e embrulhar os objetos e ajude a desempacotar para o recipiente. Encoraje seu filho a levar junto alguns outros itens para compartilhar: um bom jornal escolar, uma fotografia recente, um jogo que possa brincar, um livro que ele está lendo.

985. JANTAM DIVIDIDO
Uma vez por mês planeje compartilhar um jantar simples com alguém que não possui muitos amigos. Esta pessoa pode se tratar de um senhor idoso de sua vizinhança, um parente mais velho, um novo amigo da igreja, ou um estudante estrangeiro. Se ela quiser, deixe a criança fazer o convite. Então, trabalhem juntos para preparar a refeição e limpar tudo. Auxilie seu filho a encontrar temas para a conversa e algumas atividades, como um jogo, para dividir após o jantar.

986. O QUE PODEMOS FAZER?
Não dê sempre a idéia para uma atitude amorosa. Deixe que as crianças pensem sobre atos gentis para praticar. Diga: "Vovô não está se sentindo bem; o que você sugere que façamos?" "Os vizinhos parecem não conhecer ninguém ainda; o que poderíamos fazer?" "Há crianças famintas no Nordeste: como nossa família poderia auxiliar?" Ajude os mais novos a observarem que o amor e a habilidade em colocá-lo em ação podem resolver muitos problemas.

987. INTERESSE PELA VIZINHANÇA
Veja se pode encontrar em sua vizinhança alguém que precise de atenção afetiva extra. Pode se tratar de uma criança solitária, um cidadão idoso, uma pessoa doente, inválida ou deficiente. Como uma família, converse sobre o que fazer para demonstrar que você se importa. Considere a prestação destes serviços: leitura, irem juntos ao cinema, fazer as compras no supermercado, escrever cartas, cuidar do jardim, embrulhar pacotes e enviar correspondência, tratos com cabelos e unhas, reparo ou lavagem do carro, um jantar simples, um telefonema diário por algumas semanas.

988. ALIMENTE OS PÁSSAROS
O interesse deve ir além daquele pelas pessoas. Durante o frio do inverno (e em outras épocas, também), deixe que seu filho se encarregue de providenciar comida para os pássaros famintos. Funciona bem uma prateleira numa árvore ou sobre um pedestal alto, ou um alimentador de pássaros barato. Algumas migalhas da mesa mais alpiste manterão as aves voltando para conseguirem mais. Fale sobre a preocupação por animais e pássaros como o contrário de matá-los para prática de tiro ao alvo. Dê apoio às associações de proteção aos animais de sua cidade. Quando for ao zoológico, peça para conversar com o tratador de pássaros a fim de obter novas idéias sobre como cuidar de "seus pássaros".

989. FITA DE AMOR

Grave uma fita cassete para enviar a um amigo ou parente distante, ou para um dos amigos de seus filhos que se mudou. Conte as últimas novidades, piadas, sucessos e derrotas, o que os animais de estimação estão fazendo, filmes vistos, e assim por diante. Faça a fita simplesmente como uma conversa amigável e ajude os garotos a ganharem consciência de si mesmos. Mostre como usar a tecla de pausa a fim de parar a gravação enquanto você pensa sobre o próximo assunto que deseja falar. As crianças adoram terminar as fitas aos avós com um coro de "Nós amamos vocês!" ou "LETA" (ver a parte 2 deste capítulo).

990. INTERESSE PELO PAÍS
Estenda-se além de sua família, amigos e vizinhança. Converse sobre outras pessoas que necessitam de amor em nosso próprio país. Decida-se sobre o que sua família poderia fazer através de um projeto de serviço. Contatando uma associação local de Serviços Sociais, você pode encontrar um projeto que se adequará a sua família. Isto pode significar a distribuição de roupas, servir refeições a um asilo, coletar cobertores, fazer entrega de jantares em um programa de "refeições sobre rodas", ou dar um programa para a facilidade de cuidados. Isto não representa um projeto apenas para os pais, mas destinado à família inteira.

991. ADOTE UMA CRIANÇA POR CORRESPONDÊNCIA
Um dos melhores projetos de alcance familiar é a adoção de uma criança através de uma das agências que fornece assistência para crianças estrangeiras e algumas mais perto de casa. A contribuição talvez seja uma modesta soma a cada mês, porém o mais importante é a troca de cartas. Informe-se sobre uma criança com idade semelhante à de seu próprio filho. Talvez você queira uma que fale português. As cartas que receberá lhe darão indícios sobre o modo de vida, educação e interesses de sua criança adotada. De acordo com as pautas da agência, você estará em condições de fornecer livros ou outros presentes para o aniversário ou as férias da criança. Se você adotar uma criança estrangeira, descubra tudo o que puder sobre seu país através de livros da biblioteca. Lembre-se de pendurar uma fotografia da criança em seu quadro de avisos. Alguns destes relacionamentos continuam por anos, e sua família sentirá a alegria de ter feito uma contribuição real para uma outra vida.

992. ADOTE DE FATO UMA CRIANÇA
Não importa o número de filhos que possui; talvez você queira

considerar a adoção de mais um. Nem todas as famílias dispõem de tempo, temperamento e condições financeiras para ter mais

crianças, mas se você acha que tem, converse sobre o projeto, primeiro com seu cônjuge e depois com seus filhos. Crianças de minorias ou levemente deficientes são as que mais precisam de uma afetuosa família permanente. Talvez você queira ser a primeira família adotiva. A burocracia envolvida em ambos os projetos pode torná-los frustrantes e difíceis, e isso representará mais trabalho para os pais do que para as crianças, mas as vantagens para toda a família podem superar os problemas.

993. VOCÊ AMA O SUFICIENTE

Faça estas perguntas a si próprio e depois converse a respeito de seu significado com seus filhos. Você ama o suficiente... para continuar sem a apreciação dos outros? para enxergar o problema separadamente da pessoa? para insistir no amor quando você é rejeitado? para chegar até a outra pessoa mesmo quando ela está errada e você certo?
para deixar de lado as mágoas do passado? para esquecer o errado quando a lição foi aprendida? para amar o aparentemente indigno? para perdoar e depois perdoar de novo? para tornar a palavra *amor* uma parte ativa de seu vocabulário? para fazer de atos de amor a sua vocação na vida?

PARTE 6:
LEMBRANÇAS DE AMOR NO FIM DO DIA

994. SERVIÇO DE QUARTO

Surpreenda seu filho quando estiver quase pronto para ir dormir trazendo uma bandeja com leite e uma bolacha ao seu quarto. Sente-se e converse sobre o dia. Ele se sentirá muito amado por ter você "esperando-o" com este tratamento.

995. TUDO QUANTO EXISTE

Com freqüência uma família dá toda a atenção aos problemas, esquecendo as boas coisas que acontecem durante o dia. Antes que seu filho mais velho vá para a cama, ou ao cobrir uma criança pequena, fale sobre algo de bom que ocorreu durante o dia, algo bonito que você viu, ou alguma frase agradável que foi dita. Tire idéias da Bíblia, palavras de São Paulo aos filipenses, capítulo 4, verso 8: "Tudo quanto existe de verdadeiro, tudo o que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é santo, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se há alguma virtude, e se há algum louvor de costumes, seja isto que ocupe seus pensamentos." Uma criança que for se deitar pensando sobre este "tudo quanto existe" dormirá tranqüila.

996. O ESSENCIAL

Não há controvérsia na hora de dormir se você disser à criança

que existem somente três razões para que ela saia da cama. Antes, porém, forneça estes elementos essenciais: 1) preparação

prévia, incluindo estar vestida para dormir, uma visita ao banheiro, e beber um copo d'água; 2) uma história ou conversa, curta ou longa; 3) música, suave de rádio se ela desejar; 4) um sino ao lado da cama para chamar os pais em caso de emergência; 5) um abraço e um beijo; 6) reafirmação: "Tudo está bem", "Eu te amo", "Te vejo amanhã", "Foi um ótimo dia", ou "Eu venho te ver daqui a pouco". Então, as únicas três razões para que ela saia da cama são: (1) ela não se sente bem, (2) a casa está pegando fogo, ou (3) ela gostaria de ser punida.

997. TEMPO DE BALANÇO

Uma cadeira de balanço com freqüência está associada com amor. Se você não dispõe de uma, considere a aquisição de uma quando tiver dinheiro para gastar com mobília." É nela que um genitor conforta um bebê novo, segura um pré- escolar, e lê para uma criança menor, e onde a irmã mais velha pode segurar o irmãozinho para sua mamadeira. Se possível, mantenha a rotina da cadeira de balanço, sentando-se nela para um período de contar histórias ou diálogo à medida que as crianças crescem. Balançar-se e ler torna-se uma grande diversão para garotos maiores. Incentive os mais velhos a se sentarem e se balançarem de vez em quando, retomando as lembranças felizes associadas à cadeira de balanço da família.

998. HISTÓRIAS PARA A HORA DE DORMIR

A leitura de livros na hora de dormir é um presente. Mas considere também a criação de memoráveis lendas da família. Quando a criança é pequena, invente histórias com ela e seus amigos como personagens. Inclua algumas repetições à medida que você lhe conta mais de sua história na noite seguinte. Por exemplo, a história pode começar do mesmo modo "Um dia, quando você voava em sua nave espacial..." ou "Foi exatamente neste ponto que perguntei ao meu fiel companheiro Bibi o espião, o que ele faria." Combine os fatos com a fantasia em suas lendas familiares. Use a história da família e interesses e transforme outros membros da família em personagens, como "Vovô, o Rei" ou "Primo Carlos, o Presidente do Brasil."

999. COBRIR BEM

Cubra de fato uma criança. Traga as cobertas em torno de seus ombros e encaixe-as ao redor de seu corpo até os pés. Este tipo de aconchego transmitido é semelhante a quando se aninha um bebê. As crianças adoram isso, em especial se você o tornar divertido. Os mais novos aguardam com ansiedade a hora de encobrir, depois um beijo e dormir.

1000. NÃO IMPORTA O QUE

Não se nega o amor porque um garoto tem sido desobediente ou

preguiçoso ou desapontou você de algum modo. Se o dia gerou alguma tensão no relacionamento pai-filho de forma que você não tenha encontrado tempo para expressar verbalmente o seu amor, a hora de dormir revela-se uma oportunidade perfeita. Tente algumas mensagens de amor como estas: "Você é muito especial para mim." "Ninguém jamais poderia tomar o seu lugar." "Você me faz feliz de várias maneiras." "Talvez eu nem sempre *goste* de algumas coisas que você faz, mas sempre *amo* você." "Eu te *amo* não importa o que aconteça!"

PARTE 7: A ÚLTIMA PALAVRA

1001. O CLUBE ETERNO

Quando uma criança é nova, inicie o Clube Eterno e continue falando sobre ele através dos anos de crescimento. O Clube Eterno cria um vínculo entre pais e filhos que não pode ser rompido por falta de consideração, discussões, atividade prejudicial, distância, casamento, novas responsabilidades, ou mesmo morte.

O Clube Eterno constitui seu armazém de memórias da família — um depósito que você constrói a cada dia com atividades que guiam, ensinam e divertem. Ele não se compõe de acontecimentos monumentais, mas ressalta o companheirismo diário e o amor.

Quando um novo bebê se junta à família, induza-o para seu Clube Eterno. Você sempre o conhecerá e o amará mesmo tendo consciência de que existirão épocas em que você não estará com ele ou não saberá o que ele estará fazendo. Você se lembrará de seu sorriso e de seu beiço, de suas mãos em você, de seu jeito especial de falar, seus gostos e aversões, suas tragédias e triunfos.

Bons participantes do clube devem estar prontos para deixar outros membros tentarem coisas novas. Os membros mais velhos precisam estar aptos a soltar os mais novos. *Desprendimento* não tem nada a ver com *perda.* Desprendimento significa que você sabe que sua criança é cuidada por Deus e, por conseguinte, amada e satisfeita, feliz e protegida. Portanto, fique despreocupada e em paz. Você *solta* seu filho quando ele dá seu primeiro passo... ou quando ele brinca lá fora sozinho pela primeira vez... ou atravessa a rua sem você... ou entra para a escola... ou passa a noite na casa de um amigo... ou vai acampar sozinho... ou assiste um filme com colegas... ou sai para o seu primeiro encontro... ou toma emprestado o carro... ou sai de casa para uma carreira ou faculdade... ou monta uma casa e trabalho distantes da sua. Isto é soltar um membro do clube. Mas, você nunca *perderá* um membro do clube. No fim de tudo, seu vínculo é eterno: sempre o seu bebê, sempre o seu querido, sempre o seu eterno amigo,

sempre a sua criança.